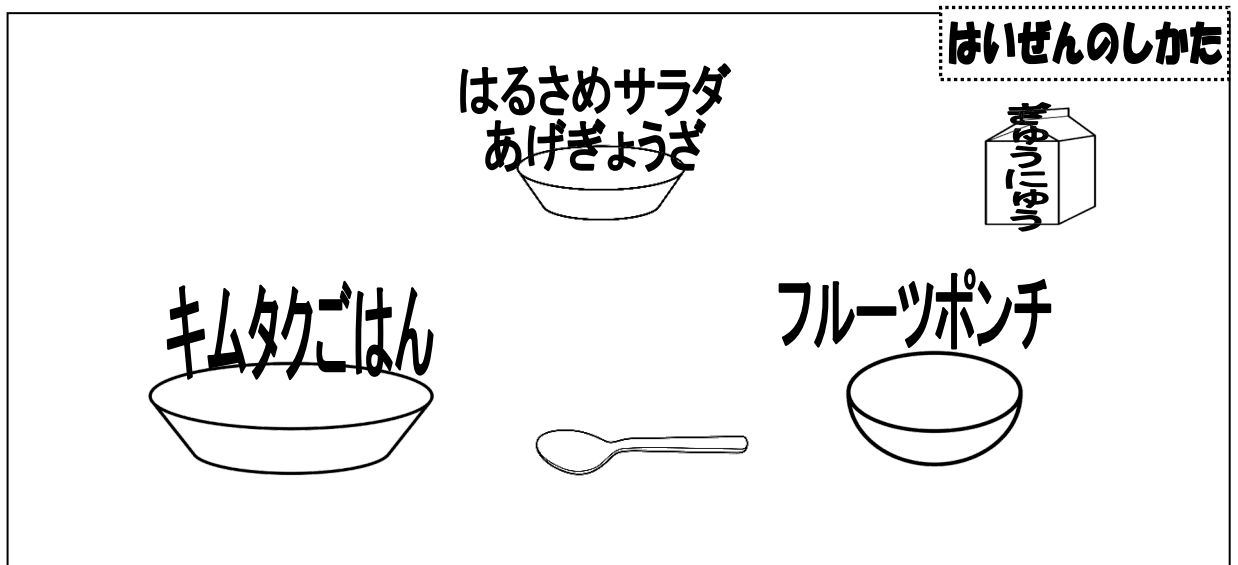


# ランチタイム！

5月 28日（水） <sup>きょう</sup>今日の <sup>きゅうしょく</sup>給食

- ・ キムタクごはん
- ・ <sup>あ</sup>揚げ <sup>ぎょうざ</sup>餃子
- ・ <sup>はるさめ</sup>春雨 サラダ
- ・ <sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳
- ・ フルーツポンチ



<sup>きょう</sup>今日は <sup>あ</sup>揚げ <sup>ぎょうざ</sup>餃子です！ <sup>きゅうしょくしつ</sup>給食室で <sup>てづく</sup>手作りした <sup>ぎょうざ</sup>餃子を <sup>あ</sup>揚げて <sup>つく</sup>作る、<sup>か</sup>噛み <sup>ごた</sup>応えのある <sup>こんだて</sup>献立です。

<sup>ぎょうざ</sup>餃子の <sup>あん</sup>餡はニラやキャベツを <sup>こま</sup>細かく <sup>き</sup>切って <sup>にく</sup>肉とまぜあわせて、<sup>ひと</sup>一つ <sup>ひと</sup>一つ <sup>ぎょうざ</sup>餃子の <sup>かわ</sup>皮に <sup>つつ</sup>包みます。餃子に <sup>はい</sup>入っているニラやにんにくなどの <sup>つよ</sup>強いにおいのある野菜には <sup>りゅうか</sup>硫化アリルといって <sup>からだ</sup>体の <sup>つか</sup>疲れをとる <sup>はたら</sup>働きがある <sup>せいぶん</sup>成分が入っています。

<sup>きょう</sup>今日もよく <sup>か</sup>噛んで <sup>た</sup>食べ、<sup>たいちょう</sup>体調を <sup>くず</sup>崩さないように <sup>す</sup>好き嫌いせず <sup>た</sup>食べましょう。