

平成29年1月25日（水）



ぎゅうにゅう  
**牛乳**  
くろまめげんまい  
**黒豆玄米ごはん**  
**マクロビとうふのきのこあんかけ**  
かす汁

しょくいん  
職員  
アイディアメニュー

きょうは、<sup>しょうがくぶ</sup>小学部の<sup>さかいせんせい</sup>酒井先生のアイディアメニューです。

「“マクロビ”というのは、マクロビオテックともいい

<sup>ちょうじゅ</sup>長寿に通じる<sup>しょくじ</sup>食事だそうです。

<sup>げんまい</sup>玄米・<sup>こくもつ</sup>穀物・<sup>やさい</sup>野菜・<sup>まめい</sup>豆類・<sup>かい</sup>海そうを<sup>ちゅうしん</sup>中心に、<sup>ゆうきのうさんぶつ</sup>有機農産物

や<sup>しぜん</sup>自然農法の<sup>しょくひん</sup>食品を<sup>た</sup>食べます。

<sup>こんかい</sup>今回は<sup>あ</sup>おとうふと<sup>くろまめげんまい</sup>合わせていますが、<sup>くろまめげんまい</sup>黒豆玄米ごはんに<sup>きのこあん</sup>きのこあんをかけて、<sup>どんぶり</sup>のっけ丼にしてもおいしいですよ。」

…(<sup>さかいせんせい</sup>酒井先生)



<sup>きゅうしょく</sup>給食の前には<sup>まへ</sup>手を<sup>て</sup>洗い、<sup>えぷろん</sup>エフロン、<sup>マスク</sup>マスク、<sup>ぼうし</sup>ぼうしを、<sup>きちん</sup>きちんと<sup>つけ</sup>つけましたか？  
<sup>サンプル</sup>サンプルを<sup>み</sup>見て、<sup>きれい</sup>きれいに<sup>盛り付け</sup>盛り付けしましょう。