

## 8月29日の給食メニュー

### ★メニュー内容

ご飯  
みそだれ焼き肉  
ワンタンスープ  
果物(ぶどう)  
牛乳

### ★熱量

618 kcal



熱や力になる 黄色の食品	血や肉になる 赤の食品	体の調子を整える 緑の食品
★精白米,油,砂糖,ごま油	豚肉もも,みそ,餃子,牛乳	玉葱,★にら,にんじん,★ねぎ,チンゲンツアイ,もやし,ぶどう

### ★ひとくちメモ

豚肉は、血や肉となるたんぱく質の他に、疲れを防いでくれるビタミンB1がたくさん入っています。