

# 9月10日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯  
 鮭の塩焼き  
 春雨炒め  
 なすのみそ汁  
 牛乳

636 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, 緑豆はるさめ, 砂糖, かたくり粉	さけ, 豚ひき肉, 豆腐, みそ, かつお節, 牛乳	玉葱, にんじん, ★にら, ★なす, えのきたけ

★ひとくちメモ