

# 10月2日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

黒パン  
オムレツ  
ジャーマンポテト  
ミートボール野菜スープ  
果物（シャインマスカット）

634 kcal



牛乳



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
黒パン, ★じゃがいも, 油, バター	ベーコン, パルメザン チーズ, ミートボール, 牛乳	玉葱, ピーマン, パセ リ, にんじん, ★キャベ ツ, チンゲンツアイ, ★ シャインマスカット

★ひとくちメモ