

# 10月3日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯  
魚の黄金焼き  
筑前煮  
わかめのみそ汁  
牛乳

672 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, マヨネーズ, じゃがいも	しろさけ, みそ, 鶏肉モ モ, 油揚げ, かつお節, 牛乳	パセリ, 干し椎茸, たけ のこ, ごぼう, にんじ ん, さやいんげん, れん こん, えのきたけ, ★ね ぎ, こんにやく

★ひとくちメモ