

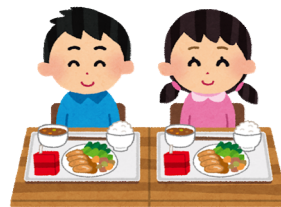
# 10月15日の給食メニュー

## ★メニュー内容

## ★熱量

わかめご飯  
魚の野菜あんかけ  
豚汁  
果物（柿）  
牛乳

638 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,かたくり粉, 油,砂糖,じゃがいも	わかめ,ホキ,豚モモ, 厚揚げ,みそ,牛乳	玉葱,にんじん,えのき たけ,ピーマン,ごぼ う,しめじ,★ねぎ,柿

## ★ひとくちメモ