

# 10月18日の給食メニュー

## ★メニュー内容

## ★熱量

ご飯  
 鮎の甘露煮  
 ゆかり漬け  
 鴨すき煮  
 牛乳

660 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, ★もち米, ★ 古代米, ごま, 油, 砂糖, 糸こんに	★あゆ, 厚揚げ, ★かも 肉, 牛乳	★きゅうり, ★キャベ ツ, にんじん, しそ葉, ★かぶ, ★はくさい, ご ぼう, ★ねぎ, こまつ な, えのきたけ

## ★ひとくちメモ