

10月31日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯
 鮭の塩焼き
 ごま和え
 みそおでん
 牛乳

601 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,ごま,白糖	さけ,さつま揚げ,うずら卵,がんもどき,はんぺん,刻み昆布,みそ,かつお節,牛乳	こまつな,★キャベツ,りょくとうもやし,にんじん,★だいこん,こんにゃく

★ひとくちメモ