

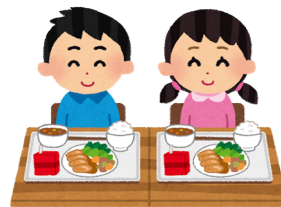
# 11月9日の給食メニュー

## ★メニュー内容

## ★熱量

あゆごはん  
厚やきたまご  
野菜のわさびあえ  
白菜のみそ汁  
牛乳

634 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	★あゆ,厚焼きたまご, カットわかめ,豆腐,み そ,かつお節,牛乳	こまつな,★にんじん, ★キャベツ,★はくさ い,★ねぎ

## ★ひとくちメモ