

11月29日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

舟形野菜で作る焼きうどん 647 kcal
 卵としめじのすまし汁
 果物(りんご)
 牛乳



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
うどん,油	豚肉,かつお節,豆腐, たまご,みそ,牛乳	しょうが,★にんじん,黄 ピーマン,赤ピーマン,★ キャベツ,★玉葱,もやし, ★マッシュルーム,こまつ な,にら,しめじ,★はくさ い★りんご

★ひとくちメモ

めがみちゃん給食の日 シェフのおすすめメニュー