

# 12月3日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯  
 鯖の塩焼き  
 ビーフン炒め  
 小松菜のみそ汁  
 牛乳

642 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, ビーフン, 油	さば, ベーコン, カット, 油揚げ, みそ, かつお節, 牛乳	★玉葱, ★キャベツ, にんじん, ピーマン, 干し椎茸, こまつな, しめじ, わかめ

★ひとくちメモ