

# 12月4日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

黒パン  
 プレーンオムレツ  
 ブロッコリーといかのサラダ  
 ホワイトシチュー  
 牛乳

667 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
黒パン,油,★じゃがいも	いか,鶏肉モモ,牛乳	ブロッコリー,★玉葱, ★キャベツ,にんじん, ★マッシュルーム,グ リンピース

★ひとくちメモ