

# 12月20日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯  
 鮭の塩焼き  
 切干大根煮  
 なめこのみそ汁  
 冬至かぼちゃ  
 牛乳

697 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,糸こん,油, 砂糖	さけ,さつま揚げ,豆 腐,みそ,かつお節,★ あずき,牛乳	切干しだいこん,にん じん,干し椎茸,なめ こ,★ねぎ,★かぼちゃ

★ひとくちメモ