

# 1月20日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ごはん  
 鮭の塩焼き  
 煮浸し  
 里芋のみそ汁  
 牛乳

604 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, さといも(冷凍)	さけ, 油揚げ, かつお節, 生揚げ, みそ, 牛乳	こまつな, キャベツ, もやし, にんじん, 干し椎茸, ★だいこん, ★ねぎ

★ひとくちメモ