

1月30日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ごはん
餃子
野菜ソテー
みそおでん
牛乳

672 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,油	餃子,ベーコン,さつま揚げ,こんぶ,うずら卵(水煮缶詰),がんもどき,はんぺん,みそ,かつお節,牛乳	★キャベツ,にんじん,もやし,ピーマン,★だいこん,こんにゃく

★ひとくちメモ