

11月9日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯
 さんまのかば焼き
 野菜のわさびあえ
 白菜のみそ汁
 牛乳

638 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,砂糖	さんま,カットわかめ, 豆腐,みそ,かつお節, 牛乳	こまつな,にんじん,キ ャベツ,★はくさい,★ ねぎ

★ひとくちメモ