

11月12日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

☆中華風炊き込みごはん 628 kcal

☆チャーシューの中華あえ

☆舟形産野菜入りとき卵スープ

デザート

牛乳



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
<p>★精白米,★もち米,油,ごま油,かたくり粉</p>	<p>鶏肉,油揚げ,ロースハム,たまご,チャーシュー,牛乳</p>	<p>★マッシュルーム,にんじん,しめじ,むき豆,★だいこん,きゅうり,玉葱,★チンゲンツアイ</p>

★ひとくちメモ

めがみちゃん給食 ☆シェフのおすすめメニュー