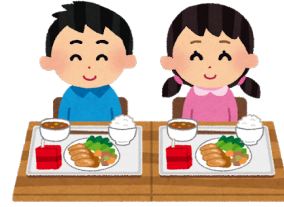


# 11月16日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯 655 kcal  
 かつおのごまみそマヨネーズ焼き  
 ほうれん草の生姜あえ  
 五色みそ汁  
 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
★精白米,白すりごま, マヨネーズ	かつお,みそ,竹輪,た まご,豆腐,油揚げ,か つお節,牛乳	ほうれんそう,キャベ ツ,にんじん,えのきた け,こまつな,★ねぎ

★ひとくちメモ