

12月7日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯
 さばの味噌煮
 五目きんぴら
 じゃがいものみそ汁
 牛乳

682 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,いりごま,油,★じゃがいも	さば,みそ,さつま揚げ,油揚げ,かつお節,牛乳	しょうが,★にんじん,ごぼう,れんこん,こんにゃく,むきまめ,★ねぎ

★ひとくちメモ