

12月10日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

ご飯
 白身魚カリカリフライ
 ひじきの煮物
 塩ちゃんこ
 牛乳

652 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,はるさめ,いりごま	ひじき,さつま揚げ,鶏肉,ウィンナー,油揚げ,牛乳	★にんじん,ごぼう,糸こんにゃく,むき豆,椎茸,★キャベツ,★ねぎ,にら

★ひとくちメモ