

1月21日の給食メニュー

★メニュー内容

★熱量

舟形産はえぬき米と 670 kcal
 舟形地鶏の炒飯
 かぼちゃとりんごのサラダ
 地野菜と鶏のあんスープ
 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,砂糖,マヨネーズ,かたくり粉	★鶏肉,たまご,牛乳	ごぼう,まいたけ,しめじ,しょうが,★かぼちゃ,りんご,むき豆,★はくさい,マッシュルーム,にんじん,玉葱,こまつな,チンゲンツアイ,にら,★ねぎ,にんにく

★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