

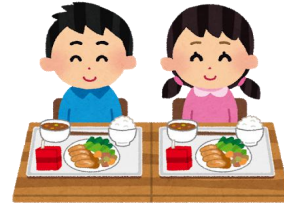
# 6月21日の給食メニュー

## ★メニュー内容

ご飯      のり佃煮  
 いわしの南蛮漬け  
 えのきだけのみそ汁  
 マスカットゼリー  
 牛乳

## ★熱量

692 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, かたくり粉, 油, ゼリー	いわし, 生揚げ, みそ, 削 り節, のりの佃煮, 牛乳	玉葱, にんじん, ピーマ ン, キャベツ, えのきた け, ねぎ, さくらんぼ

## ★ひとくちメモ