

6月22日の給食メニュー

★メニュー内容

マーボー豆腐丼
 きゃべつのしょうが和え
 ふとわかめのみそ汁
 牛乳

★熱量

791 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, かたくり粉, 焼きふ | 豚ひき肉, 木綿豆腐, みそ, 焼き竹輪, カットわかめ, 牛乳 | 玉葱, ★にら, にんじん, キャベツ, チンゲンツァイ, ねぎ, しょうが |

★ひとくちメモ