

6月30日(月)の給食



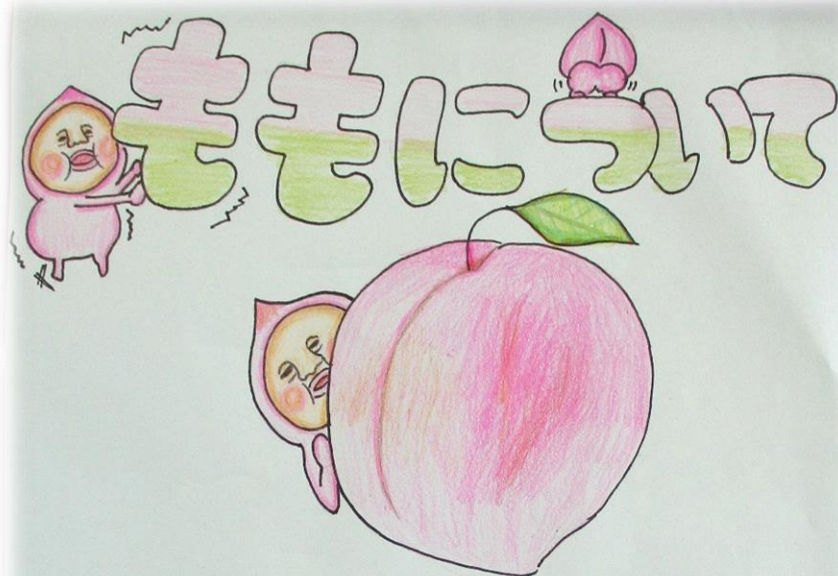
712 kcal

献

立



献立	材料
ハヤシライス	米 豚ももスライス 酒 塩・こしょう たまねぎ しめじ グリーンピース ハヤシルウ デミグラスソース コンソメスープ トマト缶
ピーナッツ和え	小松菜 もやし にんじん ピーナッツ 薄口しょうゆ 砂糖
パスタサラダ	ハーフスパゲッティ きゅうり 水菜 コーン ごまドレッシング
ももゼリー	ももジュース アガー 砂糖 水



桃には、カリウム、食物繊維、ビタミンC、クエン酸、ナイアシン、カテキン、ビタミンEなどが含まれており、むくみ解消、便秘改善、疲労回復、老化防止、生活習慣病予防、免疫力向上などの効果が期待できます。

※桃には糖質も含まれているため、食べ過ぎるとカロリー過多になる可能性があるため注意が必要です。

