

9月14日(月)の給食



644 kcal

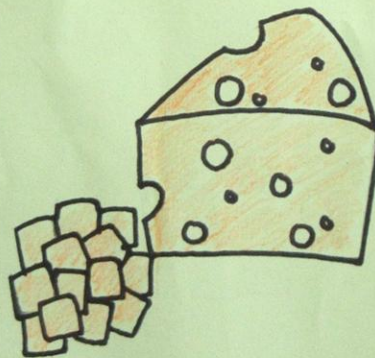


献立

献立	材料
ごはん	米
油揚げ入り 青椒肉絲	豚ももスライス ピーマン たけのこ 油揚げ オイスターソース 濃口しょうゆ 砂糖 酒 しょうが こしょう 鶏ガラスープの素 片栗粉
ブロッコリーと チーズの おかか和え	ブロッコリー にんじん ダイスカットチーズ かつおぶし めんつゆ(2倍)
韓国風和え	もやし 豆苗 わかめ 薄口しょうゆ 鶏ガラスープの素 ごま油 塩・こしょう 韓国のり
かきたまみそ汁	たまご 玉ねぎ しいたけ 和風だし みそ
アセロラゼリー	アセロラジュース アガー 砂糖 水



ダイス カットチーズ



チーズの栄養パワー!!

カルシウム
牛乳の10倍の栄養
たんぱく質
1年と動かすための源

ビタミンCが豊富

「アロラゼリー」や「トマト」と
いっしょに食べると
1年の期間を短縮する効果が期待される。