

9月10日(火)の給食



679kcal



献立

献立	材料
ごはん	米
照り焼きチキン	鶏もも肉 片栗粉 濃口しょうゆ みりん 砂糖
パスタサラダ	ハーフスパゲッティ きゅうり ツナ コーン 青じそドレッシング
じゃがいもの バター醤油炒め	じゃがいも 玉ねぎ しめじ 有塩バター 薄口しょうゆ パセリ
コンソメスープ	キャベツ にんじん ウインナー コンソメスープ 塩・粒こしょう
ももゼリー	ももジュース アガー 砂糖 水



人参

人参には、良い効果が3つあります。

- ① 目や皮膚の健康維持
- ② 腸内環境の調整
- ③ 風邪や貧血の予防

