

# 2月8日(月)の給食

778kcal

## 献立

献立	材料
ごはん	米
鶏肉の カシュー ナッツ炒め	鶏もも肉 片栗粉 カシューナッツ 玉ねぎ 赤パプリカ ピーマン たけのこ 油 しょうが・にんにく オイスターソース 砂糖 鶏がらスープ キャベツ にんじん ごま油 ごま 鶏ガラスープ 塩・粒こしょう にんにく きゅうり もやし 豚ミンチ 味噌 酒 みりん 砂糖 小松菜 きくらげ スープ 鶏がらスープ 薄口しょうゆ 塩・こしょう みかん
やみつき キャベツ	
お野菜の 肉味噌がけ	
小松菜と きくらげの スープ	
フルーツ	



カシューナッツ



3つの効果・効能  
美肌効果  
ダイエット効果  
疲労回復

