

10月27日(火)の給食

1010kcal



献立

献立	材料
ごはん	米
チーズインハンバーグ	合挽ミンチ 玉ねぎ パン粉 牛乳 塩・こしょう ナツメグ チーズ ケチャップ ウスターソース バター
きのこのピリ辛炒め	エリンギ しめじ 厚切りベーコン オリーブオイル にんにく 塩・こしょう たかのつめ パセリ
お野菜の和え物	小松菜 もやし にんじん 薄口しょうゆ 砂糖
キャベツスープ	キャベツ コンソメスープ 塩・粒こしょう
さつまいもバター	さつまいも バター 砂糖



キノコをたべよう

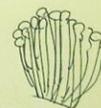


・低カロリーなのに栄養満点！

キノコは低カロリー食品の代表格。

ヘルシーだけでなく、キノコの食物せんいはトウワラスに含有量が多いです。

キノコをたべて、便秘におさらばしちまようぜ



創立70周年記念式典のため明日の給食はお休みです！