

9月16日(水)の給食

763kcal

献立

献立	材料
梅生姜 ごはん	米 梅干し しょうが(生)
チャプチェ	豚ミンチ 砂糖 酒 薄口しょうゆ 春雨
もやしの サラダ	豚ももスライス にんじん ニラ 濃口しょうゆ 砂糖 みりん オイスターソース コチュジャン 鶏ガラスープの素
かぼちやの 味噌汁	ごま油 もやし きゅうり ハム 酢 薄口しょうゆ 砂糖 かぼちや 玉ねぎ 和風だし 味噌
みるくゼリー	牛乳 アガー・砂糖 水 バニラエッセンス さくらんぼ



かぼちやは



かぼちやは、粘膜や皮膚を丈夫にするため
美肌づくりに役立ちます。かぼちやの栄養素
には無駄がないくらい摂りたいものばかりです。

旬：5月～9月