

日	曜日	献立	赤色の食品 主に体を作るもの		緑色の食品 主に骨や力になるもの		黄色の食品 主に体の調子を整えるもの		その他の調味料	学年別 エネルギー 消費量 (kcal)	お知らせ
			たんぱく質	脂質	炭水化物	糖質	ビタミン				
21	火	牛乳		牛乳						745 32 25	 スイートポテトはさつま芋を主原料とした日本発祥の洋菓子です。地域によって使用されるさつま芋の品種が異なるので味も違ってきます。給食では国産産のさつま芋に白いんげん豆のペーストを混ぜて作りました。白いんげん豆は高たんぱく質で低脂肪の豆です。
		ソフト麺			小麦粉			塩			
		ミートソース	豚肉 鶏肉 大豆	チーズ	小麦粉 砂糖	油	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ セロリー トマト	ローリエ ワイン 醤油 塩 こしょう ソース トマトケチャップ			
		スイートポテト	いんげん 卵	バター 牛乳 生クリーム	さつま芋 砂糖	ごま		                  			



リクエスト献立 今月は3年生のリクエスト献立です。 14日：ごまあえ キムチ豚汁 15日：揚げパン（ココア味） 29日：ユーリンチー

