

こんだて通信



平成 29年 11月 6日 (月)

献立・使用器具

- ごはん しゃもじ
- 豆腐の中華煮 小おたま
- チンゲン菜とたまごのスープ 大おたま
- りんご トング
- 牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ



* 四川豆腐丼 *



大豆製品には、貧血
予防になる鉄のほか、
カルシウムなどが豊富
に含まれています。

今日の主な食材産地：米：青森 麦：福井・富山・石川 にんじん・玉ねぎ：北海道 たまご：青森
白菜：群馬 にら：栃木 チンゲン菜：茨城 りんご：群馬 豚肉：千葉