

# きょうのメニュー



11月13.27日(水)

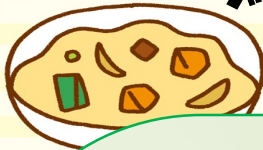


ごまご飯

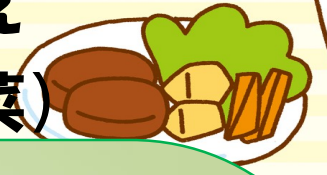


生姜焼き サラダ菜

フロッコリーのおかかマヨ和え



みそしる (あぶらあげ、白菜)



副菜、みそ汁に秋～冬にかけて旬を迎える【フロッコリー、カリフラワー、人参、白菜】を入れました。旬とは、食べ物の栄養やおいしさ、収穫量が最も多い時期のことです。保育園の給食では出来るだけ旬の食材を取り入れ、食からも季節を感じられるようにしています。

エネルギー 595Kcal    タンパク質 24.6g  
脂質 18.3g                      塩分 2.1g