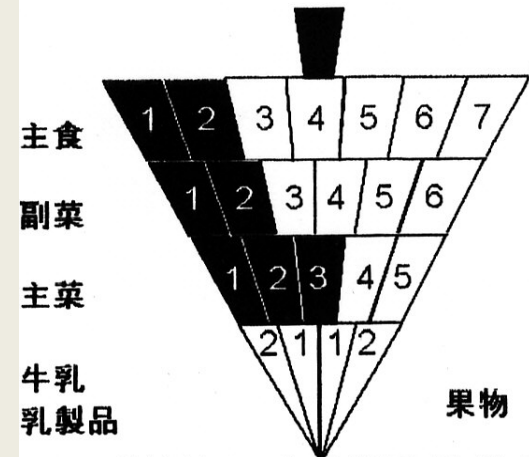


本日の食育館の「一汁三菜」献立



- 主食 ● 麦ご飯
- 副菜 ● 南瓜のそぼろ煮・オクラの梅肉かけ
- 主菜 ● チキンのグリルおろしソース
- 汁 ● ポテトの味噌汁

【食事バランスガイド】



※ 学校法人 中村学園 監修 ※

【サービング】

主食	:	2.0sv
副菜	:	2.0sv
主菜	:	3.0sv
牛乳乳製品	:	0.0sv
果物	:	0.0sv

【栄養価】

エネルギー	:	631kcal
脂質	:	10.5g
塩分	:	4.3g
炭水化物	:	98.2g
蛋白質	:	31.8g