

# 今日のおひるごはん



**12月6日**

## 昼食

御飯（手作りふりかけ）  
おでん  
ほうれん草の納豆和え

栄養成分	乳児	幼児
エネルギー (kcal)	416	497
たんぱく質 (g)	17.9	21.2
脂質 (g)	8.1	9.7
炭水化物 (g)	68	81
塩分 (mg)	1.2	1.4
カルシウム (mg)	176	215

## 午後おやつ

☆しばちゃん牛乳  
米粉のパンケーキ  
みかん

玄関の「給食の見本」は、衛生上の理由により午後4時頃に片付けをしています。