

# 今日のおひるごはん



2024年01月18日

## 昼食

御飯  
みそ汁（白菜）  
炒り豆腐  
ほうれん草とささみの塩昆布和え

栄養成分	乳児	幼児
エネルギー (kcal)	422	529
たんぱく質 (g)	16.2	20.5
脂質 (g)	9.6	12.2
炭水化物 (g)	68	84
塩分 (mg)	1.1	1.3
カルシウム (mg)	210	260

## 午後おやつ

☆しばちゃん牛乳  
蒸しパン（りんご）  
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。