

# 今日のおひるごはん



2024年11月14日

## 昼食

ごはん  
ワカメスープ (ちゅうか)  
やさいたっぷり マーボー  
ブロッコリーのちゅうかあえ

栄養成分	乳児	幼児
エネルギー (kcal)	392	495
たんぱく質 (g)	16.5	21.2
脂質 (g)	11.8	15.1
炭水化物 (g)	55	69
塩分 (mg)	1.2	1.5
カルシウム (mg)	188	234

## 午後おやつ

☆しばちゃん ぎゅうにゅう  
くろゴマ フリン  
かき

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。