


# ランチメール

きょう 今日のこんだて

11.20

- ・サンマーめん
- ・あげぎょうぎ
- ・みかん
- ・牛乳

きのう(19日)のたべのこしけがです。

- ・ロールパン → 24 こ 
- ・かじきのマヨネーズやき → 35 まい
- ・こふきいも → 15 人分 にんぶん
- ・むらくもスープ → 22 人分 にんぶん
- ・牛乳 → 75 本分がのこりました。 ほんぶん

「にがて苦手だから、と食べるた前まえにのこすのはもったいないですね。食べたものは、からだ体のなか中でえい栄養えいようになります。まずはひとくち一口チャレンジしてみましよう。

