

虫歯予防デー献立（かみかみメニュー）

平成29年6月2日（金）



①ごはん

②牛乳

③あじ田楽煮（あじ・みそ・生姜・砂糖・片栗粉・醤油・みりん）

④カミカミサラダ（するめ・茎わかめ・人参・切干大根・きゅうり・酢・
醤油・ノンオイル青じそドレッシング）

⑤にらたま汁（卵・豆腐・にら・片栗粉・煮干だし・醤油・塩）

⑥青のり小魚（かたくちいわし・青のり・砂糖・塩・醤油・みりん）