

こんだて通信

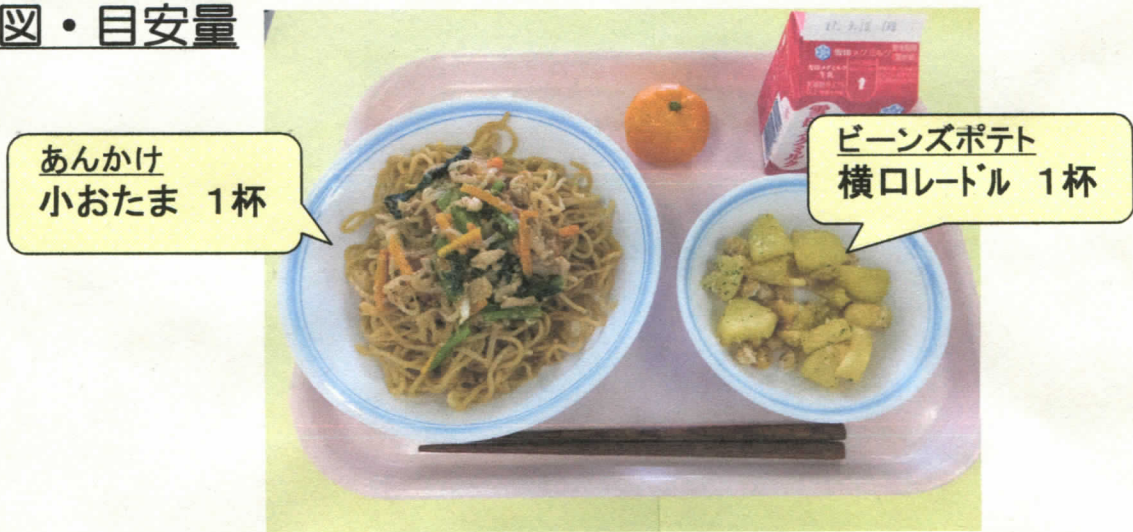


平成 29年 9月 5日 (火)

献立・使用器具

- ビビン麺
 - { 中華めん トング 2本
 - { ビビン具 小おたま
- 青のりビーンズポテト 横ロレードル
- 冷凍みかん 手袋
- 牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ

* 2学期開始 生活リズムを整えよう *



生活リズムを整えるには？

朝起きたら太陽の光を浴びて、朝ごはんをしっかり食べることが大切です。

早寝・早起き・朝ごはん、
良いリズムを作っていきます。

今日の主な食材産地：にんじん・じゃが芋：北海道 もやし：栃木 小松菜：東京 りんご：青森
豚肉：千葉 冷凍みかん：熊本 青のり：愛知