

班別メニュー 2班

☆ごはん

☆白身魚のみぞれ蒸し

☆野菜のわさび白和え

☆京野菜のラタトゥイユ

1人分の栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	食塩相当量	ビタミンC
592kcal	28.1 g	15.0 g	83.4 g	222m g	3.7m g	2.0 g	58m g

「若葉の会」2020-2班別
