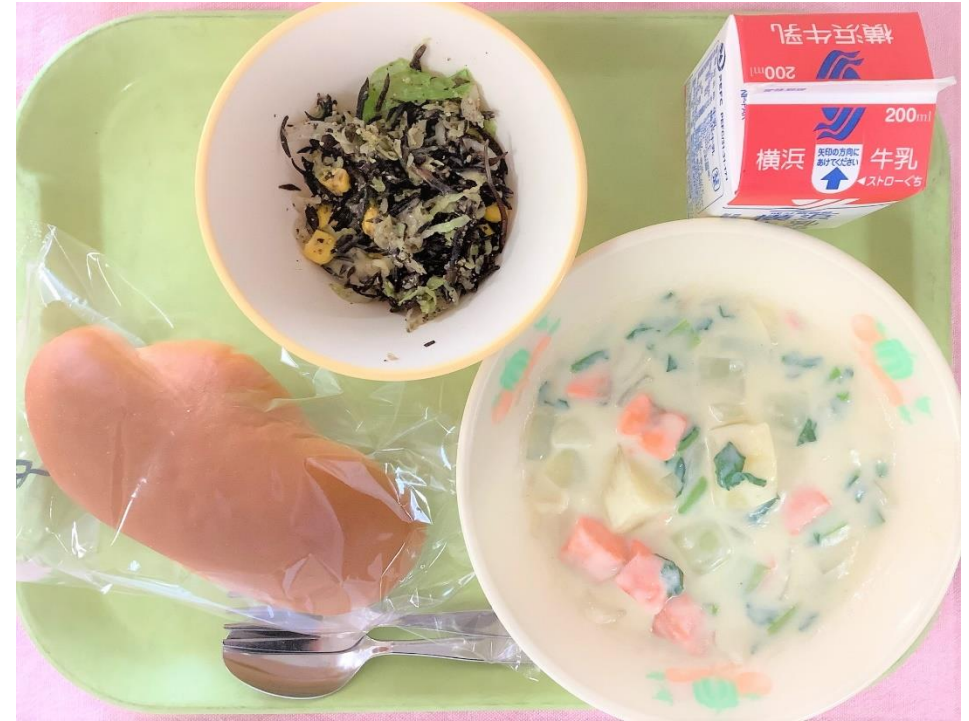


10月30日(水)

- ・ 黒パン
- ・ 牛乳
- ・ さけのクリームシチュー
- ・ ひじきサラダ



栄養士からのコメント

さけは海の魚ですが、秋になると生まれた川にもどり、卵を産みます。卵を産むためエネルギーをたくわえているのでこの時期のさけはとてもおいしいです。