

小魚の佃煮

ひじきと切干大根
の煮物

和風豆腐ハンバーグ
(1人1個)



ごはん

豚汁

11月7日(金)



いい歯の日



11月8日は「いい歯の日」です。
今日は「いい歯の日」献立として、歯
ごたえのある「ひじきと切干大根の
煮物」と「小魚の佃煮」を取り入れて
います。ひじきや切干大根は歯を丈
夫にするカルシウムを多く含んでい
る食品なので栄養面でも成長期の
みなさんにおすすめです。

