

バンサンスー

きのここと鶏肉のみそ焼き



ごはん

ワンタン

➡ 除去食
(小麦抜き)



2月16日(月)

今日は**堺市産の米**です。
味わって食べましょう。



お米で健康

健康に過ごすためには、食事は大切な要素です。

主食のお米は、炭水化物の他、たんぱく質・ビタミン・食物せんいなどの栄養素を含んでおり、バランスの良いおかずとの組み合わせで適量を食べると健康的な食生活に役立つ食材です。

