



献立テーマ

# がっつり男飯



ピーアールポイント(工夫した点)

アジフライでがっつりお腹を満たして、オクラと糸内豆のネバネバで栄養満点。

献立名と(使用した材料名) 記入例:おにぎり(米・焼きのり・とろろ昆布・ふりかけ・鮭)

アジフライ (アジ、卵、小麦粉、パン粉)

糸内豆ご飯 (糸内豆、米、ねぎ)

オクラ入り卵焼き (卵、オクラ、和風粉末だし)

みそしる (とうもろこし、ハクサイ、みそ)

市町村名	岸和田	学校名	野村中学校
ふりがな			
名前			