



献立テーマ

部活に行く前に食べるしつかりご飯



肉、卵、野菜などいろいろなものを食べるように
気をつけて作りました

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)

- ◎ ニッはん(米)
- ◎ 肉(ふた肉、焼肉のタレ)
- ◎ スクランブルエッグ(卵)
- ◎ ウインナー
- ◎ エノキいため
- ◎ キャベツと玉ねぎいため

市町村名	岸和田市	学校名	野苅村中学校
ふりがな			
名前			