

*オープンオムレツ *

平成28, 3月育てる会・流山

献立	赤群		青群		黄群	
	魚・豆・肉・卵・乳		野菜・果物・海草・茸		穀類・芋・調味料など	
オープンオムレツ	鶏卵	50	ピーマン	10		
	ベーコン	5	玉葱	30		
			ミニトマト	10		
豚汁	豚もも肉	15	大根	35	じゃが芋	30
	木綿豆腐	25	人参	20	味噌	10
			長ネギ	20		
			コンニャク	25		
			生椎茸	10		
生鮭照り焼き	生鮭	30				
春菊お浸し			春菊	20		
納豆	納豆	20	大根葉漬け	20		
イリコ漬け物	煮干し	3	生姜	5		
ご飯	素干し桜海老	3			ご飯	100

*オープンオムレツ *

平成28, 3月 育てる会・流山

献立	赤群		青群		黄群	
	魚・豆・肉・卵・乳		野菜・果物・海草・茸		穀類・芋・調味料など	
オープンオムレツ	鶏卵	50	ピーマン	10		
	ベーコン	5	玉葱	30		
			ミニトマト	10		
豚汁	豚もも肉	15	大根	35	じゃが芋	30
	木綿豆腐	25	人参	20	味噌	10
			長ネギ	20		
			コンニャク	25		
			生椎茸	10		
生鮭照り焼き	生鮭	30				
春菊お浸し			春菊	20		
納豆	納豆	20	大根葉漬け	20		
イリコ漬け物	煮干し	3	生姜	5		
ご飯	素干し桜海老	3			ご飯	100