

きつねうどんの<sup>あぶら あ</sup>油揚げは、<sup>とうふ</sup>豆腐やしょうゆ、

みそなどと同じ<sup>おな だいず</sup>大豆からできているので、カ

ルシウムやたんぱく<sup>しつ</sup>質など、<sup>せいちょうき みな</sup>成長期の皆さん

に欠かせない<sup>か</sup>栄養素が<sup>えいようそ</sup>豊富に<sup>ほうふ</sup>含まれています。

<sup>きゅうしょく</sup>給食では<sup>あまから た</sup>甘辛く炊いた<sup>おお</sup>大きな<sup>あぶら あ</sup>油揚げを

うどんに<sup>いちまい</sup>一枚のせました。





きつねうどん、<sup>やさい</sup>しらすと<sup>あ</sup>野菜のおかか和え、<sup>くだもの</sup>果物(りんご)