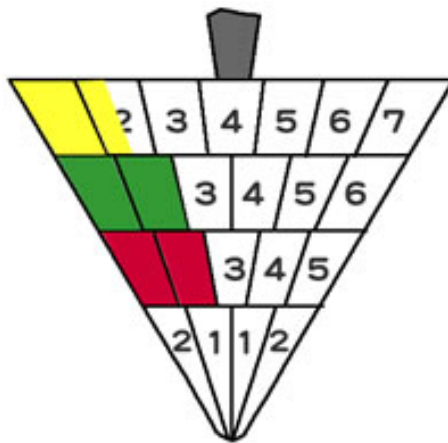


高槻市 孫と一緒にクッキング～3世代「食育」講座～

<献立（各回共通）>
 デコレーションずし
 ひじきのごまサラダ
 小松菜の味噌汁
 かぼちゃ団子

< 1人分の献立の食事バランス >



単位：つ(SV)

料理名	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
デコレーションずし	1.5		2		
ひじきのごまサラダ		1			
小松菜の味噌汁		1			
かぼちゃ団子					
計	1.5	2	2	0	0

エネルギー 643kcal/脂肪 15.0g/塩分 3.4g