

# 豚汁



<イメージ写真>

## <材 料>

### ●ごはん

(米…小学生 130g、中学生以上 140g)

### ●豚汁

(豚肉…80g、木綿豆腐…1/5丁、板こんにゃく…1/10ヶ  
根深ねぎ…20g、さつまいも…50g、人参…20g  
もやし…10g、大根…40g、干ししいたけ…1枚  
ごぼう…20g、味噌…45g、本だし…適量)

### ●フルーツ

(季節のもの…1ヶ)

### ●漬物

(きゅうり漬け…20g)

### ●麦茶

☆ 1班に 1パック

### ●その他

はし

※分量は1人分です。