# 豚汁

＜イメージ写真＞

＜材　　料＞

●ごはん

（米…小学生１２０ｇ、中学生以上１３０ｇ）

●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）

※分量は１人分です。