

5月26日・27日の給食メニュー

少なめご飯 ビビンバ ちゃんぽん風フオー 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	607
中	719

たんぱく質(g)

小	20.7
中	24.0



体をつくるもの	エネルギーになるの	体の調子を整えるもの
牛乳(大分県産) 牛肉(九州産) かまぼこ 豚肉(九州産)	米(宇佐産) 砂糖 胡麻 ごま油 フオー	筍 もやし(中津市産) ほうれん草(九州産) 人参(熊本県産) ゼンマイ 玉ねぎ(宇佐産) キャベツ(熊本県産) 小ネギ(宇佐産) キクラゲ



★栄養士のひとくちコメント★

ビビンバは韓国料理のひとつで、牛肉のほかに、たけのこ、もやし、ほうれん草、にんじん、ぜんまいなど、野菜もたっぷりとれる料理です。ビビンバは「ピビン」と「パフ」という言葉が合わさったものです。「ピビン」は混ぜる、「パフ」はごはんという意味です。

