

5月22・25日の給食メニュー

ご飯 サバの味噌煮 おじゃがもちもちスープ

ひじきのり佃煮 牛乳



エネルギー(Kcal)

| | |
|---|-----|
| 小 | 666 |
| 中 | 760 |

たんぱく質(g)

| | |
|---|------|
| 小 | 23.0 |
| 中 | 24.8 |



| 体をつくるもの | エネルギーになるもの | 体の調子を整えるもの |
|--|-----------------|--|
| 牛乳(大分県産) サバ 味噌 豚肉(九州産) かまぼこ ひじきのり | 米(宇佐産) おじゃが餅 | 人参(熊本県産) 玉ねぎ(宇佐産) 小ネギ(宇佐産) 椎茸(大分県産) |



★栄養士のひとくちコメント★

ネギは奈良時代にまとめられた歴史書「日本書紀」にも書かれているほど、日本人には古くからなじみのある野菜です。ねぎの強い臭気は邪気を払うと信じられ、ねぎ坊主を形どった東京の日本武道館をはじめ、橋の欄干やおみこしの擬宝珠（ぎぼうしゅ）などに、そのなごりが見られます。

