

6月11日の給食メニュー

☆カミカミ給食の日☆



ご飯 きんぴらゴボウ 坦々風フォー 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	600
中	708

たんぱく質(g)

小	19.4
中	22.3



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) 豚肉(佐賀県産) 味噌	米(宇佐産) 砂糖 ゴマ 胡麻油 フォー	人参(宮崎県産) ゴボウ コンニャク インゲン もやし(中津市産) 小松菜(宮崎県産)



★栄養士のひとくちコメント★

「フォー」とはお米からできた平たい麺です。同じくお米からできた細い麺は「ビーフン」と呼ばれます。フォーはビーフンより太く、代表的なベトナム料理です。ベトナムでは鶏肉のあっさりとしたスープで食べられることが多いようですが、今日の給食ではタンタン麺風アレンジしています。

