

6月25日の給食メニュー

ご飯 鶏肉の甘酒焼き 春雨スープ 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	625
中	715

たんぱく質(g)

小	22.9
中	24.7



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)	米(宇佐産)	人参(熊本県産)
鶏肉(大分県産)	甘酒	玉ねぎ(宇佐産)
豚肉(佐賀県産)	デンプン	キャベツ(玖珠産)
かまぼこ	春雨	ねぎ(宇佐産)
	ゴマ	椎茸(大分県産)



★栄養士のひとくちコメント★

今日の鶏肉は甘酒と塩で味付けをして焼いています。
甘酒は米の麴を発酵させたもので、ビタミンが多く「飲む点滴」とも呼ばれています。佐伯市の「麴の杜」さんが無償で提供してくれました。甘酒には鶏肉をやわらかくする効果もあります。

