

## 7月29日の給食メニュー

### ごはん 春巻き 中華コーンスープ 牛乳

エネルギー(Kcal)

|   |     |
|---|-----|
| 小 | 707 |
| 中 | 798 |

たんぱく質(g)

|   |      |
|---|------|
| 小 | 17.0 |
| 中 | 18.8 |



| 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)<br>春巻き<br>ベーコン | 米(宇佐産)<br>油<br>デンプン | 人参(熊本県産)<br>小松菜(宮崎県産)<br>玉ねぎ(宇佐産)<br>しめじ(福岡県産)<br>コーン |

### ★栄養士のひとくちコメント★

コーンスープに入っている「とうもろこし」は、コロンブスがヨーロッパに持ち帰り、世界各地で栽培されるようになりました。野菜の中では高カロリーで、糖質を多く含みます。とうもろこしのひげは、めしべて、その本数は実の数と一致します。