

6月29日の給食メニュー

少なめご飯 あんかけ揚げ麺 ふりかけ 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	706
中	833

アレルギー対応食

たんぱく質(g)

小	23.3
中	26.7



卵アレルギー対応食
うずら卵を除去しています
(^▽^)/



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) 竹輪 うずら卵	米(宇佐産) 揚げ麺 デンプン ふりかけ	椎茸(大分県産) 人参(熊本県産) 玉ねぎ(宇佐産) キャベツ(玖珠産) もやし(中津産) ねぎ(宇佐産) 筍



★栄養士のひとくちコメント★

給食に毎日欠かせない牛乳ですが、みなさんは長い休校の間、牛乳を飲んでいましたか？牛は毎日乳を出さないと病気になるそうで、突然の休校で困っていた酪農家の方もいました。牛乳にはカルシウムやたんぱく質など成長期には欠かせない栄養素がたくさん含まれています。毎日欠かさず飲みましょう！

