

## 6月8日の給食メニュー

### ご飯 フリのオーロラソース 豚汁 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	701
中	827

たんぱく質(g)

小	26.5
中	30.6



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)	玉ねぎ(宇佐産)
フリ	油	人参(熊本県産)
豚肉(佐賀県産)	砂糖	大根(熊本県産)
豆腐	ゴマ	ごぼう(九州産)
油揚げ	マヨネーズ	椎茸(大分県産)
味噌		コンニャク
		ねぎ(宇佐産)



### ★栄養士のひとくちコメント★

豚汁の味付けに使っている味噌は、大豆から作られています。味噌、大豆が発酵することによって、アミノ酸やビタミンが生成され、栄養的にすぐれたものになります。大豆は豆腐や油揚げなどいろいろな形に姿を変えます。昔から私たちの食生活には欠かせない食品ですね。

