

## 8月28日の給食メニュー

### ☆ ふるさと給食 ☆

#### ご飯 ぱくぱくマッスルひじき 鶏じゃが 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	568
中	672

たんぱく質(g)

小	21.5
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
ヒジキ(長洲産)	胡麻油	玉ねぎ(宇佐産)
しらす干し(大分県産)	砂糖	枝豆
厚揚げ	ゴマ	コンニャク
鶏肉(鹿児島県産)	じゃがいも	シソ
さつま揚げ		

### ★栄養士のひとくちコメント★

今日は「ふるさと給食」の日です。長洲の干潟で育てられたひじきを使って「ぱくぱくマッスルひじき」を作りました。栄養が多くたくわえられた干潟では、海水の満ち引きにより、ロープに下がったひじきたちが大きく揺られ、まるで筋肉トレーニングを行っているようなことから「マッスルひじき」と名付けられました。太く鍛えられたひじきはコリコリとした食感が特徴です。