

## 6月3日の給食メニュー

### ご飯 塩唐揚げ(2個) すまし汁 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	642
中	723

たんぱく質(g)

小	31.1
中	33.4



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) 鶏肉(九州産) かまぼこ 豆腐 ワカメ	米(宇佐産) デンプン 油	人参(熊本県産) 玉ねぎ(宇佐産) エノキダケ(福岡県産) ねぎ(宇佐産)



### ★栄養士のひとくちコメント★

今日のからあげは給食では初登場となる「塩味」のからあげです。鶏肉にはたんぱく質が豊富に含まれています。たんぱく質は血や筋肉、爪や髪など体のあらゆる組織をつくるのに欠かすことが出来ません。毎日しっかりとりたい栄養素の一つです。

