

## 9月3日の給食メニュー

今日は「かみかみメニューの日」です♪  
ごはん キンピラ 肉団子スープ 牛乳



エネルギー(Kcal)

|   |     |
|---|-----|
| 小 | 595 |
| 中 | 696 |

たんぱく質(g)

|   |      |
|---|------|
| 小 | 19.5 |
| 中 | 22.1 |



| 血や肉や骨や歯になるもの                | 熱や力となるもの                          | 体の調子を整えるもの   |
|-----------------------------|-----------------------------------|--|
| 牛乳(大分県産)<br>豚肉(大分県産)<br>肉団子 | 米(宇佐産)<br>ゴマ<br>砂糖<br>ごま油<br>はるさめ | にんじん<br>玉ねぎ(宇佐産)<br>ゴボウ(九州産)<br>コンニャク<br>さやいんげん<br>もやし(中津産)<br>ねぎ(宇佐産)<br>キクラゲ |

### ★栄養士のひとくちコメント★

肉団子スープに入っている黒っぽいものは、きくらげです。きくらげはきのこの仲間、生は6～9月頃が旬です。形が耳に似ていることから、漢字で「木」と「耳」を書いて「木耳(きくらげ)」と読みます。また、食感が「くらげ」に似ていることから、この名前がついたそうです。