

## 9月10日の給食メニュー

菜飯 ちゃんぽん 十五夜ゼリー 牛乳

エネルギー(Kcal) たんぱく質(g)

小	635
中	739

小	20.2
中	22.7

アレルギー対応食



チャンポンのイカを除いています。



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)	米(宇佐産)	にんじん
豚肉(大分県産)	ちゃんぽんめん	玉ねぎ(宇佐産)
かまぼこ	ゼリー	キャベツ
イカ		モヤシ(中津産)
		キクラゲ
		ねぎ(宇佐産)
		青菜

### ★栄養士のひとくちコメント★

チャンポンは、鶏ガラや豚骨からとったスープに肉や魚介、野菜などたくさんの具材と麺を合わせて煮る長崎県の郷土料理です。今日は、麺とスープを分けて食缶に入れています。食缶に麺を入れて混ぜ合わせ、お皿につぎわけましょう。