

11月7日の給食メニュー

ご飯 切り干し大根のサラダ ハヤシライス 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	638
中	750

たんぱく質(g)

小	23.5
中	26.8



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) 豚肉(九州産)	米(宇佐産) ドレッシング	人参 ほうれん草(九州産) 切り干し大根(宮崎県産) コーン しめじ(福岡県産) 玉ねぎ マッシュルーム

★栄養士のひとくちコメント★

人参は涼しい気候を好む野菜で、秋から冬にかけて多く栽培され、

収穫されます。また寒さにあたることで、とても甘くなります。

給食では登場回数ナンバーワンの野菜です。その理由は、栄養が

たっぷり、いろどりがよく、どんな料理にも使えるからです。🥕