

11月8日の給食メニュー



今日は「かみかみメニューの日」です♪

フォカッチャ キャンディポテト 秋野菜のポトフ 牛乳

エネルギー(Kcal) たんぱく質(g)

小	552	小	15.0
中	659	中	17.4

アレルギー対応食



バターを除いています。



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)	フォカッチャ	にんじん
豚肉(九州産)	さつまいも(大分県産)	大根(熊本県産)
ソーセージ	油	玉ねぎ
	バター(九州産)	ゴボウ
	砂糖	パセリ(大分県産)
		椎茸(大分県産)
		レンコン(大分県産)

★栄養士のひとくちコメント★

サツマイモには食物繊維とヤラピンという成分が多く含まれています。どちらもおなかの調子を整えてくれます。特にヤラピンは皮の近くに多くあるので、さつまいもは皮ごと食べることをおすすめします。

