

## 11月12日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ミートボールの酢豚風
- ・中華サラダ



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	米 (宇佐市産)	人参 (北海道産)
ミートボール	油	玉ねぎ (北海道産)
みそ (宇佐市産)	砂糖	ピーマン (宇佐市産)
ロースハム	でんぷん	乾し椎茸 (宇佐市産)
	春雨	たけのこ
		きゅうり (宇佐市産)
		ヤングコーン
		パインジュース



今月もおいしい給食をお届けします!

ぱくぱくだより

【中華サラダ】

中華サラダに入っている春雨について紹介します。春雨は、じゃがいもやさつまいものでんぷんから作られます。日本へは、お寺の精進料理として鎌倉時代に伝わってきました。その名前の由来は、細く静かに降る春の雨に似ていることから、「春雨」と呼ばれるようになったそうです。見た目は白くて細長いですが、じゃがいもやさつまいもと同じように体を動かす力を作ってくれる食べ物です。

