

12月18日の給食メニュー  
ごはん お魚カツ 豚汁 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	653
中	747

たんぱく質(g)

小	20.9
中	23.3



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) お魚カツ 豚肉(九州産) 豆腐 味噌	米(宇佐産) 油	人参(熊本県産) 大根(宇佐産) コンニャク ごぼう ねぎ(宇佐産) エノキダケ(福岡県産)

★栄養士のひとくちコメント★

秋から冬にかけてきのこのおいしい季節です。きのこは様々な種類がありますが、そのほとんどに「グアニル酸」といううま味成分を含んでいます。今日の豚汁には大分県産のしいたけが入っています。

