

1月9日の給食メニュー



今日は「かみかみメニューの日」です♪

ご飯 ぶりフライ けんちん汁 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	660
中	747

たんぱく質(g)

小	24.2
中	26.5



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)	人参(熊本県産)
鶏肉(九州産)	油	ごぼう(九州産)
豆腐(大分県産)	里芋(大分県産)	大根(豊後高田市産)
油あげ		コンニャク
ぶりフライ		ねぎ(宇佐産)

★栄養士のひとくちコメント★

ぶりは成長に応じて呼び名が変わる出世魚です。呼び名は地方によって違い、大分県では小さい方から「もじゃこ」→「ヤズ」→「ハマチ」→「ぶり」と呼ばれています。昔から縁起の良い魚とされ、お正月料理として食べられます。

