

## 1月18日の給食メニュー

フォカッチャ フルーツ和え ミートスパゲティ 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	578
中	694

たんぱく質(g)

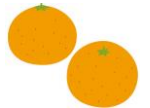
小	20.7
中	24.3



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)	フォカッチャ	人参(熊本県産)
鶏肉(九州産)	スパゲティ	たまねぎ
豚肉(九州産)	オリーブ油	グリーンピース
大豆繊維(中津市産)	ゼリー	マッシュルーム
		もも
		みかん
		パイン



### ★栄養士のひとくちコメント★



今日のフルーツ和えにはナタテココが入っています。独特な食感が人気のナタテココはフィリピン生まれの食品です。ココナッツの果汁にナタ菌という酵母を加え、発酵させると寒天のようなかたまりができます。それを適当な大きさに切って、シロップなどをかけて食べます。

