

## 2月5日の給食メニュー

ご飯 塩サバ うま煮 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	753
中	861

たんぱく質(g)

小	34.2
中	37.2



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) サバ 鶏肉 ちくわ ワカメ 厚揚げ	米(宇佐産) 砂糖 じゃがいも	人参(熊本県産) コンニャク タケノコ(九州産) 枝豆

### ★栄養士のひとくちコメント★

枝豆は大豆を若いうちに収穫したもので、大豆に豊富なたんぱく質やカルシウムのほか、野菜に多いビタミンCも含まれているのが特徴です。

