

## 2月13日の給食メニュー

ご飯 プチマリンサラダ おでん 牛乳

エネルギー(Kcal) たんぱく質(g)

小	667	小	25.7
中	785	中	29.1

アレルギー対応食



卵を除去しています。



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) 鶏肉 ちくわ うずら卵 厚揚げ がんもどき プチマリン	米(宇佐産) じゃがいも ドレッシング	人参(熊本県産) 大根(鹿児島県産) ほうれん草(九州産) キャベツ(熊本県産) コンニャク

### ★栄養士のひとくちコメント★

プチマリンは海藻の抽出物である「アルギン酸」から作られたものです。わかめや昆布の海藻類に含まれている、ヌルヌルしためめりの正体こそ「アルギン酸」であり、食物繊維の1種です。