

2月13日の給食メニュー

ご飯 トリニータ丼 味噌汁 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	720
中	850

たんぱく質(g)

小	27.9
中	32.2



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) 鶏肉 豆腐 ワカメ 油揚げ 味噌	米(宇佐産) ごま油 油 でんぷん 砂糖	人参(熊本県産) 玉ねぎ 大根(鹿児島県産) ねぎ(宇佐産) ニラ(大分県産)

★栄養士のひとくちコメント★

ニラは薬用として古い歴史をもつ香辛野菜です。ビタミン類を多く含む優れた野菜です。風邪の予防、疲労回復など広い範囲にわたって健康効果を発揮します。

