

2月21日の給食メニュー

ご飯 ころころサラダ ハヤシライス 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	663
中	780

たんぱく質(g)

小	25.3
中	28.9



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) チキンハム 豚肉	米(宇佐産) ドレッシング	人参(熊本県産) 玉ねぎ コーン グリーンピース ブロッコリー しめじ(福岡県産) マッシュルーム

★栄養士のひとくちコメント★

グリーンピースとは、英語で「緑色のえんどう豆」という意味です。
グリーンピースには、おなかをそうじしてくれる食物せんいがたっぷり。
おはだをすべすべにしたり、体が大きく成長するのを助けてくれます。

