

2月22日の給食メニュー

ご飯 ハムカツ 澄まし汁 牛乳

エネルギー(Kcal)

小	668
中	751

たんぱく質(g)

小	25.3
中	28.1



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(宮崎県産) ハムカツ ワカメ 豆腐(大分県産) かまぼこ	米(宇佐産) 油	人参(熊本県産) エノキダケ(福岡県産) ねぎ(宇佐産)

★栄養士のひとくちコメント★

豆腐は十分に水をふくんだ大豆をすりつぶし、さらに煮てこしてできた豆乳に、にがりなどの凝固剤を入れ、固めて作られたものです。「畑の肉」と呼ばれる大豆を主原料にしています。

