

3月5日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・かきたま汁
- ・鯖の西京焼き
- ・うま塩ひじき



体をつくるもの		エネルギーになるもの		体の調子を整えるもの	
牛乳	(大分県産)	米	(宇佐市産)	人参	(宇佐市産)
卵	(宇佐市産)	砂糖		菜の花	(宇佐市産)
かまぼこ		油		生しいたけ	(宇佐市産)
鯖				枝豆	
みそ					
ひじき					
油揚げ					
大豆					



今月もおいしい給食をお届けします!

ぱくぱくだよい

【うま塩ひじき】

みなさんは、ひとつの料理を全部食べてからほかの料理を一品ずつ食べる「ぱっかり食べ」をしていますか。和食は、主食のごはんを中心に、いろいろなおかずを交互に食べることによって口の中でよくあじわうことができます。また、よくかむことで素材そのものの味がわかるようになります。うま塩ひじきは、ケチャップを入れ、しょうゆの量を控えめにしています。よく味わってください。