

5月10日の給食メニュー

ご飯 ナムル マーボー豆腐 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	627
中	740

たんぱく質(g)

小	24.0
中	27.8



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) 豆腐 豚肉(大分県産) 味噌	米(宇佐産) 春雨 ドレッシング ごま油 でん粉	人参(熊本県産) ほうれん草 もやし(中津市産) 玉ねぎ(大分県産) ねぎ(宇佐産) しめじ(福岡県産)



★栄養士のひとくちコメント★

マーボー豆腐にはトウバンジャンやテンメンジャンといった中国の辛い調味料が使われています。トウバンジャンは発酵させたそら豆に唐辛子を加えた調味料。テンメンジャンは小麦粉と塩と麴で作られた甘い味噌です。

