

5月15日の給食メニュー



今日は「かみかみメニューの日」
& 「野菜たっぷり給食の日」です。



ご飯 ツナ和え 鶏すき焼き 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	593
中	697

たんぱく質(g)

小	23.7
中	27.2



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) ツナ 豆腐 鶏肉(宮崎県産)	米(宇佐産) 砂糖 ゴマ	人参(熊本県産) ほうれん草(九州産) もやし(中津市産) 玉ねぎ(大分県産) ねぎ(宇佐産) 大根(熊本県産) ゴボウ(九州産) コンニャク



★栄養士のひとくちコメント★

ツナ缶はまぐろで作られます。身を蒸し煮して、調味料や油といっしょに缶に詰めます。これを真空状態にして密封、加熱し、殺菌します。こうすることで、長く保存できる食材になります。

