

5月20日 の給食メニュー

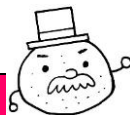
- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ミートボールの酢豚風
- ・ポテトサラダ



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 (長崎県産)
ミートボール	油	玉ねぎ
みそ	砂糖	ピーマン (宮崎県産)
ロースハム	でんぷん	乾し椎茸 (宇佐市産)
	じゃが芋 (鹿児島県産)	たけのこ
	ハンエッグマヨネーズ	ヤングコーン
		パインジュース
		きゅうり
		コーン



今月もおいしい給食をお届けします!



ぽくぽくだよい

【ポテトサラダ】

今日はじゃが芋が主役のポテトサラダです。ほくほくとした食感が特徴の「男しゃく」という種類を使っています。じゃが芋には、普段よく見かける皮が黄色いもののほかに、シャドークイーンやレッドムーンといった皮が赤や紫色のものもあります。また、栄養面では、ビタミンCが果物と同じくらい含まれています。疲れを回復する働きもあります。しっかり食べましょう!