

5月23日の給食メニュー

ご飯 かつおの生姜煮 ヘルシー回鍋肉 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	750
中	871

たんぱく質(g)

小	33.9
中	37.4



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) かつお 豚肉(大分県産) 厚揚げ	米(宇佐産) でん粉 砂糖	人参(熊本県産) ねぎ(宇佐産) ピーマン(鹿児島県産) しめじ(福岡県産) 玉ねぎ(大分県産) キャベツ(福岡県産)



★栄養士のひとくちコメント★

ホイコーローはテンメンジャンという甘辛い味噌が味付けの中心となっています。豚肉、ピーマン、キャベツなど野菜もたくさん入っています。ご飯がすすむ味付けになっているのでごはんも残さず食べましょう。

