

5月28日の給食メニュー

ご飯 ツナコーンそばろ 汁ビーフン 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	585
中	688

たんぱく質(g)

小	21.9
中	25.1

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 豚肉(大分県産) かまぼこ	米(宇佐産) 砂糖 ビーフン ごま	人参(熊本県産) インゲン コーン 玉ねぎ(宇佐産) キャベツ(福岡県産) ねぎ(宇佐産) 椎茸(大分県産)



★栄養士のひとくちコメント★

今日はふるさと給食の日です。「ちくわの新茶あげ」に使われている粉茶は宇佐市産です。粉茶にはビタミンCやカテキンなどが含まれていて、病気に負けない体をつくるのに役立ちます。普段、お茶を飲むときには葉は捨てますが、今日の給食はお茶の葉を食べることでその栄養をまるごととることができます。

