

10月1日の給食メニュー

ご飯 豚肉のバーベキュー炒め わかめスープ 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	655
中	772

たんぱく質(g)

小	20.4
中	23.3



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)	米(宇佐産)	人参
豚肉(佐賀県産)	砂糖	玉ねぎ
かまぼこ	春雨	レモン
ワカメ	ゴマ	りんご
	ごま油	筍(九州産)
	デンプン	ねぎ(宇佐産)
		椎茸(大分県産)



★栄養士のひとくちコメント★

10月、新米の季節になりました。「米」という文字を分解してみると「八」「十」「八」となります。米という文字は88回もの多くの手間をかけてお米が育っていることに由来します。ごはんの一粒一粒に作っている人の心がいっぱい詰まっています。

