

10月18日の給食メニュー



食パン 肉団子スープ きんとんパイ いちごジャム 牛乳



エネルギー(Kcal)

小	643
中	668

アレルギー対応食

たんぱく質(g)

小	18.0
中	19.0



きんとんパイ代替食(卵・乳除去食)の
緑の野菜かぼちゃコロッケ♪



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) 肉団子	食パン ごま油 きんとんパイ はるさめ 油 いちごジャム	人参 玉ねぎ キャベツ ニラ(大分県産) キクラゲ



★栄養士のひとくちコメント★

きんとんパイは、サツマイモを包んだパイです。サツマイモの主成分は
デンプンで、加熱すると甘味が増します。ビタミンCや食物繊維が、
たっぷり含まれているので体の内も外もきれいにしてくれます。

9~11月が旬で、とくにおいしくなります。

