

ふるさと給食

12月21日の給食メニュー

ご飯 白身魚の柚子風味 味噌汁 牛乳



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) サワラ 油揚げ ワカメ 味噌	米(宇佐産) 油 デンプン 砂糖	柚子(院内産) カボチャ(宇佐産) 玉ねぎ モヤシ 白菜(宇佐産) 大根(宇佐産) ネギ(宇佐産)

☆ 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。

宇佐市産のふるさと食材は、米・かぼちゃ・ゆず・白菜・大根・こねぎです。今日は冬至です。冬至は1年のうちで最も昼の時間が短く、夜が長い日です。この日にゆずを浮かべたゆず湯に入ると、「かぜをひかずに冬を越せる」といわれています。ゆっくり休んで体を温めましょう。




