

ふるさと給食

12月21日の給食メニュー

ご飯 大根とツナのサラダ パンプキンスープ

野菜ふりかけ 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) ツナ 豆乳 鶏肉(宮崎県産) ウィンナー	米(宇佐産) 砂糖	野菜ふりかけ カボチャ(宇佐産) 人参(熊本県産) 玉ねぎ ブロッコリー 大根(宇佐産) キュウリ(宇佐産) 柚子(院内産)

☆ 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・大根・きゅうり・かぼちゃ・柚子です。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。