



今日は「カミカミ給食の日」です 

地ダコの唐揚げ 豆腐とキノコのスープ 牛乳



エネルギー(Kcal)

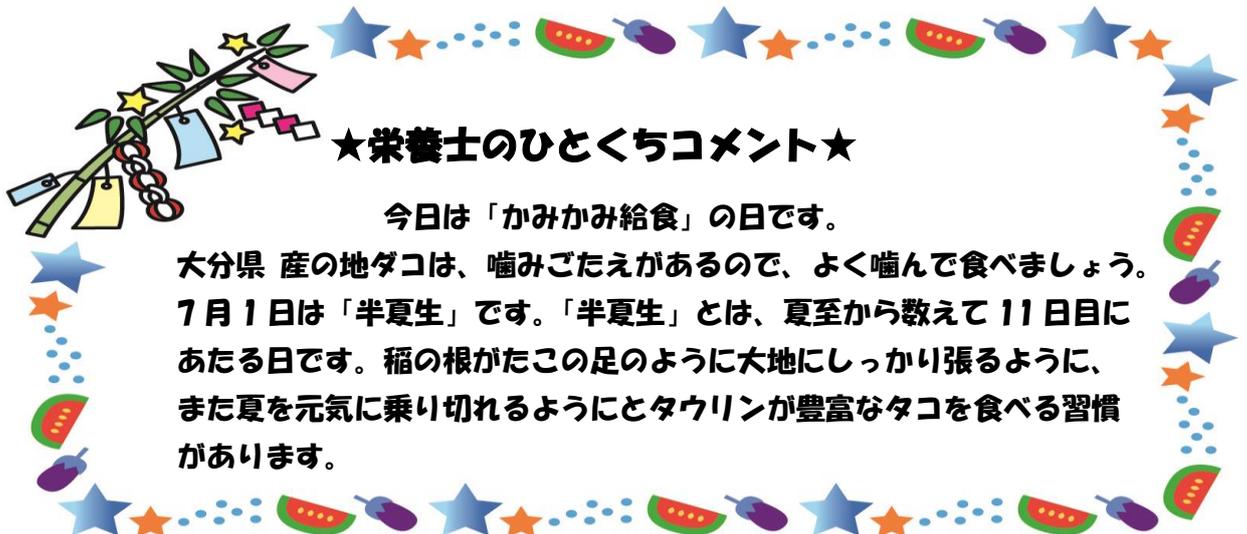
小	564
中	665

たんぱく質(g)

小	26.5
中	30.7



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) タコ(大分県産) 豆腐 かまぼこ 鶏肉(大分県産)	米(宇佐産) 油	椎茸(大分県産) 人参(熊本県産) エリンギ(熊本県産) ネギ(宇佐産) 玉ねぎ(宇佐産)



★栄養士のひとくちコメント★

今日は「かみかみ給食」の日です。

大分県産の地ダコは、噛みごたえがあるので、よく噛んで食べましょう。

7月1日は「半夏生」です。「半夏生」とは、夏至から数えて11日目にあたる日です。稲の根がたこの足のようになり、大地にしっかり張るように、また夏を元気に乗り切れるようにとタウリンが豊富なタコを食べる習慣があります。