

9月28日の給食メニュー

ご飯 ソース味の平つくね けんちん汁 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) つくね 鶏肉(大分県産) 豆腐	米(宇佐産) 砂糖	人参 大根 ゴボウ 玉ねぎ 小葱(宇佐産) 椎茸(大分県産) コンニャク

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆

給食には毎日のようににんじんを使っています。突然ですがここでクイズ!
にんじんのオレンジ色のもとの「βカロテン」は、体のある部分によいと
言われています。それはどこでしょう。

①目 ②耳 ③口

答えは①「目」です。

「βカロテン」は体の中でビタミンAに変わり、目の健康に役立つと
言われています。

