

かみかみ給食

2月17日の給食メニュー

少なめイリコ菜飯 揚げソバあんかけ ソフトールストロベリー 牛乳

アレルギー対応食



乳アレルギー代替食の
りんごゼリー(△▽△)



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)	米(宇佐産)	人参(熊本県産)
ソフトール	中華ソバ	青菜
豚肉(佐賀県産)	油	玉ねぎ
竹輪	砂糖	白菜(中津市産)
シラス干し	デンプン	モヤシ(中津市産)
		チンゲン菜(佐賀県産)
		椎茸(大分県産)
		筍
		キクラゲ

☆ 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。
あげそばはとても噛み応えがあります。しっかりあごを動かしてよく噛んで食べましょう。よく噛んで食べると、食べすぎやむし歯を防いでくれたり、脳の活動を活発にしてくれたり、からだの運動機能を高めてくれたりと、さまざまな効果があります。