

3月17日の給食メニュー

チキンライス コーングラタン 肉団子スープ 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) グラタン 肉団子	米(宇佐産) 春雨 胡麻油	人参(熊本県産) 玉ねぎ 白菜(長崎県産) ネギ(宇佐産) キクラゲ コーン

☆ **栄養士のひとくちコメント** ☆

トウモロコシは甘くておいしいですね。
これはスイートコーンといって完熟する前の実を食べているからです。私たちはとうもろこしを焼いたりゆでたりして食べていますが、世界的にみると乾燥させて粉にしたり、家畜のえさに使われたりしているものも多く、米・麦と並ぶ世界三大穀物の一つとなっています。