

## 4月23日の給食メニュー

コッペパン 豚肉とキャベツの塩こうじスープ 青のりハッシュポテト  
いちごミックスジャム 牛乳



エネルギーになるもの	体をつくるもの	体の調子を整えるもの
コッペパン 油 じゃがいも ゴマ油 ジャム	牛乳(大分県産) 青のり 豚肉(大分県産)	人参 玉ねぎ キャベツ 白ねぎ(宇佐産) 椎茸(大分県産)

### ☆ 栄養士のひとくちコメント ☆

塩こうじとは、こうじと塩、水を混ぜて発酵・熟成させた  
日本の伝統的な調味料です。

今日は今が旬の春キャベツと豚肉を使ってスープにしました。  
豚肉は朝一番に塩こうじに漬けています。塩こうじの酵素  
の働きにより、肉がやわらかくなり、うまみもアップします。