

## 5月26日の給食メニュー

### ご飯 厚焼き玉子 ピリ辛すき焼き 牛乳



#### アレルギー対応食



卵アレルギー対応：  
厚焼き玉子の代替食  
のギョロッケです  
(^▽^)/



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
米(宇佐産) 砂糖 ごま ゴマ油	牛乳(大分県産) 卵 豚肉(佐賀県産) 豆腐	玉ねぎ(宇佐産) こんにゃく 人参(熊本県産) 白ねぎ(宇佐産) キムチ りんご

### ☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



卵にはたんぱく質が多く含まれています。たんぱく質はみんなの体になくてはならない存在です。その理由は筋肉や皮膚、内臓、髪の毛、爪、歯など体をつくるための材料だからです。体の中には10万種類以上のたんぱく質の仲間がいて、体の20%はたんぱく質が占めています。成長期のみんなの体が大きくなるためにも欠かせない存在です。

