

## 5月12日の給食メニュー

### ご飯 トリニータ丼 すまし汁 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
米(宇佐産) 砂糖 油 ゴマ油 でんぷん	牛乳(大分県産) 鶏肉(宮崎県産) かまぼこ 豆腐 わかめ	ニラ(大分県産) 人参(熊本県産) 玉ねぎ えのきたけ ねぎ(宇佐産)

### ☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



トリニータ丼は人気メニューの一つです。トリニータ丼には大分市でたくさん栽培されているニラを使っています。ニラの独特な香りのもとには硫化アリルという成分です。食欲をアップさせるほか、ビタミンB1と結合すると疲れをとってくれるはたらきがあるのでスタミナをつけたいときに食べましょう。

