

5月18日の給食メニュー

食パン クリスピーチキン コーンポタージュ いちごジャム 牛乳



アレルギー対応食



コンポタージュの
乳製品除去メニュー
コンソメスープです
(^▽^)/



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
食パン ジャム	牛乳(大分県産) クリスピーチキン ベーコン	玉ねぎ(宇佐産) コーン ブロッコリー(宇佐産)

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



コーンポタージュに入っているとうもろこしは、アミノ酸の一つであるアスパラギン酸によって疲れた体を回復してくれる働きがあります。他にもルテインという成分が目の健康に役立ちます。ルテインが不足すると、視力が低下したり、目の病気になったりするので食べ物からしっかりとりましょう。

