

6月23日の給食メニュー

ご飯 お魚豆腐の和風あんかけ 麦と卵のスープ ふりかけ 牛乳



アレルギー対応食



卵のアレルギー対応食
卵除去食です(^^)/



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 麦 でんぷん ふりかけ	牛乳(大分県産) お魚 豆腐 鶏肉(九州産) 卵	人参(長崎県産) エノキダケ(福岡県産) 玉ねぎ(宇佐産) ほうれん草(宮崎県産) たけのこ 椎茸(大分県産)

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



日本人は1人で1年間に300個をこえる卵を食べているといわれています。卵は体をつくるタンパク質はもちろんのこと、ビタミンC以外のほとんどのビタミンが含まれています。卵の殻の表面がザラザラしているほうが新しく、つるつる光っているものは古いものだそうです。

