

6月29日の給食メニュー

ご飯 ツナコーンそばろ もちもち春雨とかにかまのスープ 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 春雨 ごま油	牛乳(大分県産) 大豆 豚肉(大分県産) ツナ かに風味かまぼこ	枝豆 コーン 人参(長崎県産) 玉ねぎ(宇佐産) ほうれん草(宮崎県産) 生姜 筍 椎茸(大分県産)

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



サラダに使っているツナの原材料は「まぐろ」です。たんぱく質が豊富で、血や筋肉を作るもととなります。スーパーなどで売られているツナ缶をみると、カツオから作られているツナ缶もあります。どちらも栄養はたっぷりです。ツナを使うときは、表示をチェックしてみましょう。

