

6月9日の給食メニュー

ご飯 肉団子(2個) ミネストローネ 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) マカロニ 砂糖	牛乳(大分県産) 肉団子 豚肉(九州産) ベーコン	玉ねぎ(宇佐産) シメジ(福岡県産) トマト キャベツ(玖珠産) セロリー ニンニク 人参(長崎県産)

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



ミネストローネとは、具たくさんの野菜スープです。セロリも入っています。セロリの香りにはよい効果があります。香り成分のアピインは、不安やイライラを鎮めて食欲を増やしたり、よく眠れるようになったりする効果があるといわれています。

