

ふるさと給食

7月19日の給食メニュー

ご飯 ひじきの炒め煮 キムチチゲ 瀬戸内レモンゼリー 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 ごま油 レモンゼリー	牛乳(大分県産) ひじき(宇佐産) さつま揚げ 豚肉(大分県・佐賀県) 油揚げ 豆腐 味噌	人参(長崎県産) 枝豆 キムチ 大根(熊本県産) モヤシ(中津市産) ほうれん草



☆ 栄養士のひとくちコメント ☆

今日は「ふるさと給食」です。今回のふるさと食材は宇佐市で育てられた「ひじき」です。宇佐市の干潟で、丁寧に育てられました。太く食べ応えのある食感が特徴なので「マッスルひじき」と名付けられています。ひじきには血を作るもとになる鉄分や骨を強くするカルシウムが多く含まれています。

