

3月23日の給食メニュー

ご飯 豆腐ハンバーグのおろしソース 肉じゃが 牛乳



体をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの
牛乳(大分県産) 豚肉(佐賀県産) 豆腐ハンバーグ さつま揚げ	米(宇佐産) 砂糖 じゃがいも	大根(豊後高田市産) カボス 人参(熊本県産) 玉ねぎ 枝豆 コンニャク

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆

豆腐は「畑の肉」と呼ばれる大豆から作られます。畑の肉と呼ばれる理由は、肉と同じように良質なたんぱく質が多いからです。大豆は、和食の基本となるしょうゆやみそ、また納豆の原料でもあり、日本人には欠かせない存在です。

