

## 4月21日の給食メニュー

### ご飯 鮭の塩焼き 春のだんご汁 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) やせうま(宇佐産) じゃがいも(鹿児島県産)	牛乳(大分県産) 鮭 豚肉(大分県産) 油揚げ 味噌	人参(熊本県産) 玉ねぎ(熊本県産) キャベツ(中津産) ごぼう 椎茸(大分県産) ねぎ(宇佐産)

### ☆ 栄養士のひとくちコメント ☆

春に採れるキャベツは「春キャベツ」といって、葉の巻きがゆるく、歯ごたえもやわらかくて、独特の甘みがあります。ビタミンCや食物繊維が多く入っていて体の調子を整えてくれます。また胃腸を丈夫にするキャベジンも入っていますよ。