

6月29日の給食メニュー

ご飯 スティックとんかつ 夏野菜カレー 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) 油 砂糖	牛乳(大分県産) 豚肉(大分県産) スティックとんかつ	ニンニク 生姜 玉ねぎ(宇佐産) かぼちゃ(宇佐産) なす(福岡県産) りんご ピーマン(大分県産) トマト(福岡県産)

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



「夏野菜カレー」には、かぼちゃ・なす・ピーマン・トマトなどの夏野菜が入っています。夏野菜には、ビタミンを含むものが多く、夏バテを予防する効果があります。今が旬のおいしい夏野菜を食べて暑さに負けない体を作りましょう。

