

4月21日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・麻婆豆腐
- ・小松菜のカルシウム和え



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)	米 (大分県産)	玉ねぎ (宇佐市産)
木綿豆腐	サラダ油	人参 (熊本県産)
豚肉	片栗粉	生姜 (長崎県産)
大豆ミート	ごま	にら (大分県産)
みそ	砂糖	干し椎茸 (宇佐市産)
チーズ		小松菜
ちりめん		きゃべつ (大分県産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだより

【小松菜のカルシウム和え】

カルシウムは、私たちの歯や骨を強くしてくれる働きがあります。特に成長期で体が大きくなるみなさんには欠かせない栄養素です。牛乳やチーズなどの乳製品や、小魚などに多く含まれます。