

6月3日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ぶたすき
- ・ほうれん草のごま和え



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)	人参 (熊本県産)
豚肉 (九州産)	砂糖	だいこん (宇佐市産)
焼き豆腐 (宇佐市産)	サラダ油	白菜 (宇佐市産)
	ごま	白ネギ (大分県産)
		こんにやく
		ほうれん草
		もやし (中津市産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだより

【ほうれん草のごま和え】

ほうれん草はヨーロッパで「胃腸の〇〇」と呼ばれていました。当てはまるものは？

- ①ちりとり ②ほうき ③そうきん

答えは②のほうきで食物繊維が豊富でおなかの調子を整えてくれる働きがあるためです。