

7月4日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・すまし汁
- ・鶏肉のバーベキューソース
- ・キャベツのゆかり和え



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)	えのき (日田市産)
木綿豆腐 (宇佐市産)	片栗粉	人参 (長崎県産)
わかめ	油	小ねぎ (宇佐市産)
かまぼこ	砂糖	りんごピューレ
鶏肉 (九州産)	ごま	レモン果汁
みそ		きゃべつ (玖珠町産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだより

【キャベツのゆかり和え】

キャベツに含まれるビタミンKには、けがをした時に出血をとめる働きがあります。他にもカルシウムが骨になるのを助ける働きもあり、体の調子を整えてくれる働きがあります。