

9月13日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・厚揚げの中華煮
- ・小松菜のカルシウム和え



今月もおいしい給食をお届けします！

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 (北海道産)
厚揚げ	サラダ油	たけのこ
豚肉 (大分県産)	砂糖	玉ねぎ (宇佐市産)
チーズ	ごま油	きくらげ
ちりめん	片栗粉	ニラ (大分県産)
	ごま	にんにく (宇佐市産)
		生姜 (長崎県産)
		キャベツ (群馬県産)
		小松菜 (熊本県産)

ぱくぱくだよい

【小松菜のカルシウム和え】

小松菜のカルシウム和えには、カルシウムを多く含む食材を使っています。小松菜、チーズ、ちりめん、ごまがカルシウムを多く含む食材です。骨や歯をつくるもとになったり、実は体を動かすためにも必要です！