

10月19日 の給食メニュー

- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・ミートスパゲッティ
- ・まめまめサラダ
- ・りんごジャム



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)	コッペパン	人参 (北海道産)
ツナ	スパゲッティ	玉ねぎ (北海道産)
豚肉 (九州産)	サラダ油	グリンピース
ビーンズミックス	ハンエッグマヨネーズ	マッシュルーム
	りんごジャム	トマト缶
		枝豆
		ゆず果汁 (宇佐市産)
		きゃべつ (群馬県産)

ぱくぱくだより

【りんごジャム】

ジャムは、果物を砂糖と煮込んで作ります。果物に含まれるペクチンという食物繊維が砂糖と酸と加熱されることでゲル状に固まってジャムになります。

