

## 6月27日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・鶏ごぼう汁
- ・ツナそぼろ丼
- ・ひじきのマヨサラダ



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)	ごはん	(大分県産)	ごぼう	(青森県産)
鶏肉	(九州産)	ごま		人参	(長崎県産)
木綿豆腐		砂糖		こんにやく	
ツナ		ノンエッグマヨネーズ		小ねぎ	(宇佐市産)
ひじき	(宇佐市産)			干し椎茸	(宇佐市産)
かに風味かまぼこ				ほうれん草	(熊本県産)
				コーン	
				キャベツ	(熊本県産)



今月もおいしい給食をお届けします！

**ぱくぱくだより**

**【ひじきのマヨサラダ】**

ひじきは、骨や歯を作るのに必要なカルシウムやマグネシウム、血液をつくるのに必要な鉄分、腸内環境を整えるのに役立つ食物せんいなどが豊富に含まれています。毎日の食事から栄養素を補給しましょう。

