

10月10日 の給食メニュー

👁️目の愛護デー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・中華春雨スープ
- ・揚げタコボール
- ・ブルーベリーゼリー



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)	人参	(北海道産)
豚肉	(九州産)	春雨		小ねぎ	(宇佐市産)
かつお節		薄力粉		きくらげ	
タコ入りボール		油		玉ねぎ	(北海道産)
		ハンエッグマヨネーズ			
		ブルーベリーゼリー			



今月もおいしい給食をお届けします!

ぽくぽくだより

【ブルーベリーゼリー】

10月10日は「目の愛護デー」です。ブルーベリーに含まれるアントシアニンという栄養素は目の疲れをとってくれる働きがあります。今日はブルーベリーゼリーを食べて、目の健康について考える1日にしましょう。

