

1月18日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・肉豆腐
- ・ほうれん草のツナ和え



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)	ごはん	(宇佐市産)	しらたき	(中津市産)
豚肉	(熊本県産)	砂糖		玉ねぎ	(北海道産)
豆腐		サラダ油		人参	(熊本県産)
ツナ				白ねぎ	(宮崎県産)
				ほうれん草	(宮崎県産)
				コーン	
				ゆず果汁	(宇佐市産)



今月もおいしい給食をお届けします!

ぽくぽくだよい

【肉豆腐】

肉豆腐とは、その名のとおり、肉と豆腐がたっぷりに入った煮物です、肉や豆腐には、筋肉や骨などに働く栄養素が豊富にふくまれています。肉や豆腐だけでなく、野菜もたっぷり入っています。味わって食べましょう。

