

2月8日 の給食メニュー

かみかみ給食😊

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・みそけんちん汁
- ・3色そぼろ丼
- ・りんご(1/6)



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)	こんにゃく
鶏肉 (鹿児島県産)	砂糖	ごぼう (青森県産)
木綿豆腐	サラダ油	人参 (鹿児島県産)
みそ		小ねぎ (宇佐市産)
たまご		さやいんげん
		りんご (青森県産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだよい

【りんご】

りんごには、食物せんいやビタミンC、ミネラルなどが豊富に含まれています。お腹の調子を整えたり、貧血を予防したりと、幅広い効果を持っており、栄養価の高い食べ物です。特に皮の近くに栄養がぎゅっとつまっているのによくかんで食べましょう。

