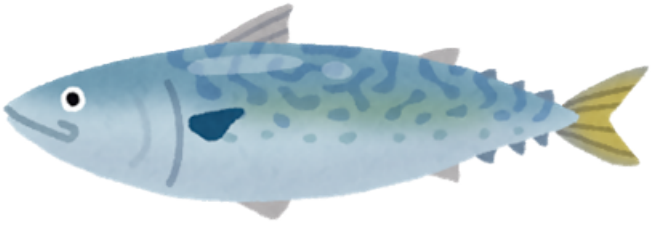
6月7日　の給食メニュー

・ごはん
・牛乳
・鶏ごぼう汁
・サバの塩焼き
・たけのこの煮つけ

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）	ごぼう　（青森県産）
鶏肉　（宮崎県産）	砂糖	人参　（熊本県産）
木綿豆腐		こんにゃく
サバ		小ねぎ　（宇佐市産）
		たけのこ　（宇佐市産）
		さやいんげん

ぱくぱくだより　【サバの塩焼き】

　サバは背中が青く見えることから、漢字で魚へんに青で「鯖」と書くと言われています。サバには、血や肉をつくるタンパク質や、血液をサラサラにするEPAと、頭の働きをよくするDHAが多く含まれています。