

6月21日 の給食メニュー

- ・高菜ごはん
- ・牛乳
- ・ジャガイモのそぼろ煮
- ・もやしの塩昆布和え



今月もおいしい給食をお届けします！

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)	高菜	
豚肉	(大分県産)	砂糖		生姜	
ちりめん		三温糖		干し椎茸	(由布市産)
鶏肉	(宮崎県産)	サラダ油		人参	(熊本県産)
厚揚げ		じゃがいも	(熊本県産)	玉ねぎ	(熊本県産)
塩昆布		ごま		しらたき	
		ごま油		枝豆	
				もやし	(日田市産)
				ほうれん草	(宮崎県産)

ぱくぱくだよい

【もやしの塩昆布和え】

今日は塩昆布の入った和え物です。塩昆布は細く切った昆布を砂糖・しょうゆ・みりんなどでやわらかくして、最後に塩をまぶしたものです。塩昆布自体に味がついているので、その味を使って、にんじんやもやし、ほうれん草に味つけをしています。

