

6月28日 の給食メニュー

ふるさと給食

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ごまみそ汁
- ・アジのピリッとジャン
- ・キャベツときゅうりのゆかり和え



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)	えのき (日田市産)
油揚げ	ごま	人参 (熊本県産)
木綿豆腐	片栗粉	小ねぎ (宇佐市産)
みそ	油	こんにゃく
アジ	砂糖	白ネギ (豊後高田市産)
		キャベツ (福岡県産)
		きゅうり (大分県産)

ぱくぱくだより

【アジのピリッとジャン】

アジは全国の暖かい地域に生息しています。アジは春から夏にかけて旬の魚で、脂肪分が少なく、タンパク質やカルシウム、ミネラルなどがバランスよく含まれてます。今日は、油で揚げたアジに豆板醤や醤油などで作ったソースをかけています。

