

10月9日 の給食メニュー

目の愛護デー

- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・ポークビーンズ
- ・マカロニサラダ
- ・ブルーベリージャム



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)	コッペパン (宇佐市産)	トマト
豚肉 (九州産)	黒砂糖	玉ねぎ (北海道産)
ベーコン	マカロニ	人参 (北海道産)
ハム	ノンエッグマヨネーズ	きゅうり (熊本県産)
大豆 (宇佐市産)	じゃがいも (北海道産)	コーン
	ブルーベリージャム	
	サラダ油	



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだよい

【ブルーベリージャム】

10月10日は目の愛護デーです。人間は情報の約80%以上を視覚から取り入れているため、目には負担が多くかかっています。目の疲れを改善するには、ビタミンAという栄養素が効果があると言われています。今日は目によいアントシアニンが含まれたブルーベリージャムです。

