

10月16日 の給食メニュー

かみかみ給食😊

- ・まあいいパン
- ・牛乳
- ・コンソメスープ
- ・メンチカツ
- ・ごぼうサラダ



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)	まあいいパン (宇佐市産)	人参 (北海道産)
鶏肉 (九州産)	油	玉ねぎ (北海道産)
ハム	砂糖	コーン
メンチカツ	ごま	ごぼう (北海道産)
	ノンエッグマヨネーズ	きゅうり (福岡県産)
	サラダ油	



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだより

【ごぼうのサラダ】

ごぼうは、平安時代に中国から薬草として伝わったとされています。独特の香りや歯ごたえをもち、古くから親しまれていますが、日本以外で食べてる国はほとんどないようです。ごぼうには食物繊維が豊富で腸内のそうじをしてくれます。

