

11月18日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・秋のほくほくカレー
- ・かぼちゃサラダ



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)	ごはん	(宇佐市産)	かぼちゃ	(北海道産)
鶏肉	(九州産)	さつまいも	(宇佐市産)	玉ねぎ	(北海道産)
ハム		ノンエッグマヨネーズ		人参	(北海道産)
		サラダ油		枝豆	
				りんごピューレ	



今月もおいしい給食をお届けします!



ぽくぽくだよい

今日は秋を堪能できる献立にしています。かぼちゃサラダは、枝豆やハムをマヨネーズで和えています。かぼちゃには目の健康を保つ働きのあるビタミンAが豊富です。秋のホクホクカレーには、さつまいもが入っています。カレーにさつまいもを入れると、甘みが増してとてもおいしくなります。さつまいもには体の免疫を高め、肌や血管を健康に保つ働きがあります。

