

11月28日 の給食メニュー

かみかみ給食😊

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・豚骨フオー
- ・イカと海藻のサラダ
- ・納豆みそ



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)	人参	(熊本県産)
豚肉	(九州産)	ビーフン		もやし	(日田市産)
海藻サラダ		サラダ油		小ねぎ	(宇佐市産)
イカ		砂糖		きくらげ	
納豆		ごま		コーン	
みそ				キャベツ	(福岡県産)
				しょうが	



今月もおいしい給食をお届けします!

ぱくぱくだよい

【イカと海藻のサラダ】

今日のかみかみ給食です。食べ物をよくかむことは食べすぎを防ぎ、消化・吸収を助け、虫歯や歯周病の予防に役立つなど、体によい働きがあります。今日は噛み応えのあるイカを使ってサラダを作りました。噛めば噛むほどうま味がでます。よく噛んでいただきます。

