

## 2月10日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・麻婆豆腐
- ・華風和え



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)	玉ねぎ	(北海道産)
豚肉	(九州産)	片栗粉		しょうが	(長崎県産)
木綿豆腐		サラダ油		人参	(長崎県産)
みそ		砂糖		にら	(大分県産)
大豆ミート		ごま		干し椎茸	(由布市産)
		ごま油		もやし	(日田市産)
				コーン	
				ほうれん草	(宮崎県産)
				きゅうり	(鹿児島県産)



今月もおいしい給食をお届けします!

ぱくぱくだより

【麻婆豆腐】

麻婆豆腐は中国の四川料理が元祖で、ピリ辛の味付けが特徴です。豆腐はたんぱく質が豊富で、ひき肉や香辛料と一緒に食べると体を温める働きもあります。ごはんと一緒に、「マーボー丼」として食べるのもおすすめですよ。

