

2月13日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ほうれん草の味噌汁
- ・サバの照り焼き
- ・ごま酢和え



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)	ほうれん草 (宮崎県産)
油揚げ	砂糖	しめじ (福岡県産)
サバ	ごま	人参 (長崎県産)
みそ	ごま油	玉ねぎ (北海道産)
ささみ		キャベツ (福岡県産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ばくばくだよい

【ほうれん草のみそ汁】

ほうれん草のみそ汁は、鉄分やビタミンCが豊富なほうれん草を使ったえいようたっぷりのお汁です。そのほかにも具沢山に入っているののでうま味がでておいしくなります。何種類の野菜が入っているかよく見てみてください。

