

4月15日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・家常豆腐
- ・もやしの中華和え



今月もおいしい給食をお届けします！

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)
厚揚げ	サラダ油	玉ねぎ (北海道産)
豚肉 (九州産)	砂糖	にら (大分県産)
大豆ミート	片栗粉	干しいたけ (由布市産)
米みそ	ごま油	にんにく (青森県産)
	ごま	もやし (竹田市産)
		ほうれん草 (宮崎県産)

ぱくぱくだよい

【家常豆腐】

家常豆腐は、中国の家庭でよく食べられている料理です。野菜や肉と豆腐をいっしょに炒めて作ります。豆腐には、体をつくるもとになるたんぱく質がたっぷり含まれています。野菜も一緒に食べられるので、栄養バランスよくとれます。しっかり噛んで、おいしくいただきます。

