

10月9日 の給食メニュー

- ・わかめごはん
- ・牛乳
- ・じゃがいものみそ汁
- ・ささみカツ



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 (北海道産)
炊き込みわかめ	じゃがいも (北海道産)	干し椎茸 (由布市産)
油揚げ	小麦粉	小ねぎ (宇佐市産)
みそ	パン粉	
ささみ (宮崎県産)		



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだより

【ささみカツ】

ささみは、鶏の胸の骨にそった部分にあります。鶏肉の中で最もたんぱく質が多い部分です。笹の葉の形に似ていることから「ささみ」と呼ばれています。今日は、ささみカツを給食センターで手作りしています。

