

10月17日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・なめこ汁
- ・いわしかぼすレモン煮
- ・もやしのおかか和え



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)	なめこ
木綿豆腐	砂糖	玉ねぎ (北海道産)
みそ		人参 (北海道産)
いわしかぼすレモン煮		小ねぎ (宇佐市産)
かつお節		もやし (大分県産)
		小松菜 (宮崎県産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだよい

【なめこ汁】

ツルリとしたのどごしと歯ざわりのなめこは、全体がぬめりでおおわれているのが特徴です。また、他のキノコ類と同じく、食物繊維が多いので、おなかの調子を整えてくれます。

