

2月3日 の給食メニュー

- ・フォカッチャ
- ・牛乳
- ・米粉のクリームシチュー
- ・ツナサラダ



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)	フォカッチャ	玉ねぎ	(北海道産)
ツナ		豆乳バター	人参	(熊本県産)
豆乳	(大分県産)	豆乳クリーム	しめじ	(福岡県産)
鶏肉	(大分県産)	ノンエッグマヨネーズ	白菜	(大分県産)
		じゃが芋 (宇佐市産)	パセリ	(宇佐市産)
		米粉	コーン	
			きゅうり	(宇佐市産)
			きゃべつ	(福岡県産)

ぱくぱくだより

【米粉のクリームシチュー】

米粉のクリームシチューには、しめじが入っています。きのこは、低エネルギーで食物繊維が豊富な食材です。食物繊維には、おなかの中をきれいにしてくれる働きがあります。そのため、便秘や腸の病気予防に役立ちます。色んな料理でとりたい食材です。

