

4月13日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・インド煮
- ・かるちゃんサラダ



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 厚揚げ 豚肉 しらす ひじき	米 砂糖 じゃが芋 油 ごま	人参 玉ねぎ いんげん きゃべつ
(大分県産)	(大分県産)	(熊本県産)
(九州産)	(北海道産)	(北海道産)
		(宇佐市産)



ぱくぱくだより

【かるちゃんサラダ】

かるちゃんサラダには、カルシウムが多く含まれるしらすが入っています。カルシウムは、私たちの骨や歯を強くしてくれる働きがあります。不足しがちな栄養素なので意識してとりたいですね。