

6月8日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・おじゃがもちスープ
- ・スタミナ焼肉
- ・★とっとチーズ



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)	米	(大分県産)	生姜	
鶏肉	(大分県産)	ごま油		玉ねぎ	(宇佐市産)
豚肉	(大分県産)	おじゃがもち		人参	(長崎県産)
チーズ		油		チンゲン菜	(熊本県産)
いりこ		ごま		干し椎茸	(宇佐市産)
		アーモンド		にんにく	
				もやし	(中津市産)
				白ねぎ	(宇佐市産)
				にら	(大分県産)



ぱくぱくだよい

今日のかみかみメニューは「とっとチーズ」です。かみごたえのある、アーモンド、ごま、いりこ、乾燥したチーズが入っています。よくかむことで、満腹中枢が刺激されて食べすぎを防いでくれます。