

6月15日 の給食メニュー

ふるさと給食

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・韓国風わかめスープ
- ・ヤンニョムチキン
- ・ピリ辛きゅうり



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）	玉ねぎ （宇佐市産）
わかめ	ごま油	人参 （長崎県産）
鶏肉 （大分県産）	片栗粉	にんにく
	ごま油	きゅうり （宇佐市産）
	砂糖	生姜



ぱくぱくだより

今月のふるさと食材は「きゅうり」です。実は、きゅうりはほとんどが水分でギネスブックには「世界一カロリーがない果実」としてのっています。そんなきゅうりですが体の余分な塩分を排泄する働きがある「カリウム」を多く含みます。