

6月18日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ぶたじゃが
- ・アスパラガスのごま和え



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)	米 (大分県産)	玉ねぎ (宇佐市産)
厚揚げ	砂糖	人参 (長崎県産)
豚肉 (大分県産)	油	いんげん
さつま揚げ	じゃが芋 (宇佐市産)	こんにゃく
	ごま	アスパラガス
		カリフラワー
		きゃべつ (中津市産)



ぱくぱくだより

アスパラガスには、疲労回復効果のある「アスパラギン酸」が多く含まれます。また、豚肉に多く含まれるビタミンB1にも、同じ効果があるのでしっかり食べて暑さに負けずに過ごしましょう！