

7月1日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・麻婆茄子
- ・シューマイ(2)・かぼすソース
- ・きゅうりのゆかり和え



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)	なす (福岡県産)
豚肉 (大分県産)	油	生姜
みそ	砂糖	にんにく
大豆ミート	ごま油	白ねぎ (宇佐市産)
シューマイ	片栗粉	人参 (熊本県産)
	ごま	にら (大分県産)
		かぼす果汁 (宇佐市産)
		きゅうり (宇佐市産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぽくぽくだよい

なすは、夏が旬の食べ物です。夏が旬の食べ物は、水分を多く含んだものも多く水分補給にぴったりです。なすは、味にクセがなくスポンジのような構造をしているのでほかの食材のだしやうまみなど、味がしみこみやすいです。