

9月2日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・チンゲン菜のみそ汁
- ・ニラ豚炒め



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)	チンゲン菜	(熊本県産)
豆腐	(宇佐市産)	砂糖		えのき	(福岡県産)
みそ		油		玉ねぎ	(北海道産)
豚肉	(大分県産)	ごま油		人参	(北海道産)
				にんにく	
				生姜	
				キャベツ	(宇佐市産)
				ニラ	(大分県産)

ぱくぱくだより

チンゲンサイは、中国原産の野菜で1970年代頃に日本に伝わりました。チンゲン菜は、野菜の中でもカルシウムを多く含みます。不足しがちな栄養素なのでしっかりととりましょう。