

10月15日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・きのこのみそ汁
- ・サバの塩焼き
- ・キャベツのごま和え



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)	えのき (福岡県産)
豚肉 (九州産)	砂糖	干し椎茸 (宇佐市産)
サバ	ごま	しめじ (福岡県産)
みそ		人参 (長崎県産)
		小ねぎ (宇佐市産)
		きゃべつ (群馬県産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぽくぽくだよい

きのこは、どの働きの食べ物でしょう。

- ①おもに体を作る
- ②おもにエネルギーになる
- ③おもに体の調子を整える

答えは③
おなかのなかをきれいにしてくれる働きがあります。