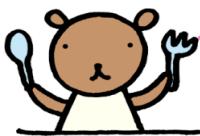


## 12月10日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・豆腐のチリソース煮
- ・大根のナムル
- ・うまかってん



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)	白ねぎ (大分県産)
豆腐	片栗粉	生姜
豚肉 (熊本県産)	油	玉ねぎ (北海道産)
ハム	ごま油	人参 (竹田市産)
	ごま	干し椎茸 (宇佐市産)
	うまかってん	大根 (神奈川県産)
		きゅうり (宇佐市産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぽくぽくだより

ナムルとは、野菜を塩ゆでしたものを調味料とごま油であえたものです。日本ではビビンバの具として有名ですが、韓国では日常的なおかずとして食べられているそうです。