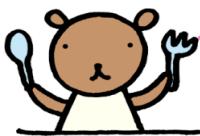


## 12月13日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・みそおでん
- ・白菜のおひたし



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)	こんにゃく
鶏肉 (宮崎県産)	里芋 (宇佐市産)	大根 (長崎県産)
がんも		人参 (竹田市産)
厚揚げ		白菜 (中津市産)
うずら卵		
かつお節		
みそ		



今月もおいしい給食をお届けします！

ぽくぽくだよい

白菜は冬が旬の食べ物です。白菜はうま味成分のグルタミン酸が多く、煮込むと甘みが出てきます。たまに葉に黒い点がある時がありますか、栄養過多や寒さによるものなので食べられます。