

1月18日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・酢豚
- ・もやしの中華和え
- ・ふりかけ



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)	ごはん	(大分県産)	にんにく	
豚肉	(九州産)	片栗粉		人参	(竹田市産)
みそ		油		玉ねぎ	(北海道産)
ハム		パインジュース		ピーマン	(大分県産)
		ごま油		干し椎茸	(宇佐市産)
		ふりかけ		たけのこ	(九州産)
				もやし	(中津市産)
				きゅうり	(熊本県産)



ぱくぱくだより

給食の主食として一番多く登場するものといえ
ば、ごはんです。ごはんは、主にエネルギーのも
ととなる炭水化物を多く含む食べ物です。成長期
のみなさんは、成長するために多くのエネルギー
を必要としています。しっかり食べましょう。