

5月20日(火)の給食



729kcal

献立

献立	材料
ごはん	米
照り焼き れんこん ハンバーグ (タレ)	豚ミンチ れんこん おろししょうが 濃口しょうゆ みりん 片栗粉 濃口しょうゆ みりん 和風だし 片栗粉・水
切り干し大根の さっぱりサラダ	切り干し大根 きゅうり にんじん 薄口しょうゆ 酢 砂糖 和風顆粒だし
ひじきと ベーコンの 炒め物	ひじき ベーコン 玉ねぎ きやいんげん ごま 油 濃口しょうゆ 砂糖 みりん
すまし汁	はんぺん わかめ 和風だし 薄口しょうゆ 塩
ナタデココ	ナタデココ みかん パイン シロップ



ナタデココについて

- ナタデココは、ココナツミルクを
ナタ菌という酢酸菌へ種で
発酵させて作られた食品。
- ナタ菌を含む酢酸には、腸
内にある免疫の働きを活性化
させ、アレルギー症を緩和する効
果がある。

ナタデココの栄養
ナタデココは、そのほとんど
が水分。
食物繊維
が豊富。

