

# 1月26日(月)の給食

898 kcal



## 献 立

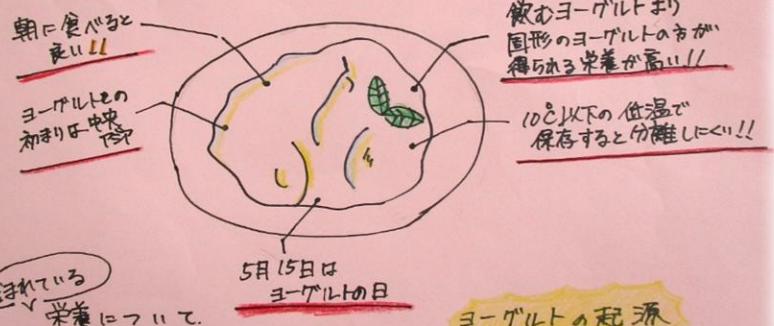
献立	材料
バター チキンカレー	米 鶏もも肉 プレーンヨーグルト にんにく・しょうが 塩・こしょう マッシュルーム 玉ねぎ・れんこん バター トマト缶 塩 カレールウ 砂糖・ケチャップ ウスターソース 牛乳・バター
柚子こしょう香る マカロニサラダ	マカロニ きゅうり ロースハム コーン マヨネーズ 塩 柚子こしょう
ほうれん草の おひたし	ほうれん草 にんじん えのき 和風だし 薄口しょうゆ 砂糖
ピーチゼリー	ももジュース アガー <sup>アガ</sup> 砂糖 水 ナタデココ



## ヨーグルト

について

ヨーグルトとは  
乳に乳酸菌や酵母を表せて発酵させて作る発酵食品の一つである。



タンパク質、脂質、ビタミン(V.A, VB)  
カルシウム、無機質、炭水化物  
エネルギーなどたくさん種類の栄養素を含んでいます。

### ヨーグルトの起源

6000～8000年前の中央アジアが始まりとされており  
遊牧民がヤギの乳を使つ  
ようになり、容器に入れておいた乳にいたままで乳酸菌  
が入りヨーグルトがになったのが始まり。

明日は給食休みです！