

# 6月29日(火)の給食



859kcal

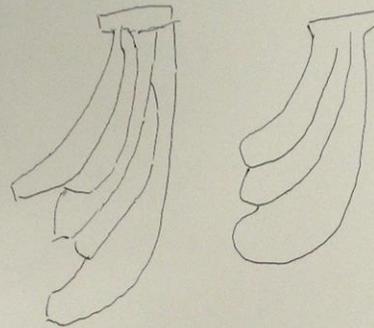
## 献立



献立	材料
ごはん	米
鯖の味噌焼き	鯖 塩・こしょう 味噌 はちみつ 酒 みりん 濃口醤油 しょうが・にんにく
和風 チャプチェ	春雨 小松菜 ベーコン ごま油 ポン酢 砂糖 鶏ガラスープの素 粒こしょう
たたききゅうり のサラダ	きゅうり 白菜 和風ごまドレ
おすまし	玉ねぎ にんじん かいわれ大根 和風だし 薄口醤油 塩
バナナ ケーキ	卵 砂糖 油 ホットケーキミックス バナナ



バナナについて



バナナ(甘蕉, 実芭蕉)はバショウ科バショウ属の浆果実を食用とする品。朱重君羊の糸念糸である。

バナナの語源はウロフ語のバナナであるが指を意味するアラビア語のバナアナとする説もある。

カリウムを豊富に含んでいる。高血圧や心臓の解消などで様々な効果がある。ビタミンB類が豊富で美容にもよい食べ物である。

