

9月26日(火)の給食



796kcal



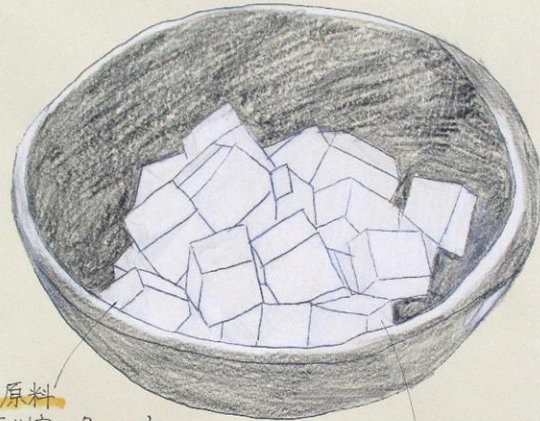
献立

献立	材料
ごはん	米
肉じゃが	鶏ミンチ 玉ねぎ じゃがいも にんじん 糸こんにゃく きぬさや 和風だし 砂糖 酒 みりん 濃口しょうゆ 塩
マカロニ サラダ	マカロニ きゅうり かにかま コーン マヨネーズ 塩・こしょう
カレー炒め	キャベツ もやし ピーマン ウインナー 油 カレー粉 濃口しょうゆ 砂糖
ナタデココ ヨーグルト	ナタデココ ヨーグルト



ナタデココについて

ナタデココに必要なナタ菌(酢酸菌)には腸内にある免疫の働きを活性化させ、アレルギー症状を緩和する効果が期待されている。



原料
ココナッツウォーター・水
砂糖・酢 など

主な成分

- 水分(100gあたり79.7g)
- 食物繊維

ナタデココには、食物繊維の一種である「バクテリア・セルロース」が含まれている。
バクテリア・セルロースはナタデココのコリコリとした食感の元になっており、血中コレステロールを低下させる効果や体脂肪増加の抑制、大腸がん予防効果のほか、便秘解消の効果があるといわれている。