

# 5月1日(水)の給食



772

kcal



## 献立

献立	材料
カレー	米 鶏もも肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも にんにく・しょうが カレールウ 塩・こしょう ウスターソース コンソメスープ 福神漬け
ごぼうサラダ	ごぼう きゅうり 赤パプリカ 枝豆 マヨネーズ 塩・こしょう
おかか和え	えのき 青梗菜 もやし かつお節 薄口しょうゆ 砂糖
フルーツ ポンチ	パイナップル 黄桃 ナタデココ



## カレーについて

カレーはどこで生まれたのか

カレーは18世紀、インドからイギリスに伝わりました。  
日本人がカレーに初めて出会ったのは幕末のころ(1853年)  
19世紀、イギリスで初めてカレー粉が作られました。



カレーは身体に良いのか

薬として扱われてきたスパイスが  
大量に入っているカレーは、食欲  
低下や肝機能低下を防いだり、  
自律神経の働きを高めたりする  
など、様々な健康効果が期待  
できます。

カレーは何日持つのか

夏場や梅雨時期に作った  
カレーはその日のうちに  
食べ切るようにしましょう  
温度の低い冬場に作  
ったカレーは常温保存でも  
一日ほど日持ちします  
「冷蔵保存」の場合は、  
2〜3日ほど日持ちします