

6月24日(月)の給食

738 kcal



献立



献立	材料
ごはん	米
チキン南蛮	鶏もも肉 塩・こしょう 片栗粉 酢 砂糖・酒 濃口しょうゆ マヨネーズ ゆで卵 ピクルス
クリーム煮	じゃがいも ブロッコリー ベーコン 牛乳 薄力粉 有塩バター 塩・こしょう コンソメ顆粒
もやしの ごま和え	もやし ニラ にんじん すりごま 薄口しょうゆ 砂糖
オニオンスープ	玉ねぎ クルトン パセリ コンソメスープ 塩・粒こしょう
フルーツ	パイン 白桃 黄桃



パイナップル

ビタミンB₂、ビタミンC
美肌効果

カリウム、マンガン
生命維持に欠かせないミネラル

食物繊維
便秘予防

たんぱく質分解酵素
プロテリン

パイナップルの歴史

パイナップルは1000年以上前から、ブラジル、アルゼンチン北部、パラグアイ、ボリビアの流石で栽培されていました。
そして1493年にコロンブスの第2次探検隊が西インド諸島でパイナップルを発見し、世界にはスペイン、アフリカ、アジア、オセアニアにも渡り、日本には1845年オランダ人が長崎で最初に持ち込んだ記録があります。日本で本格的に栽培が始まったのは1930年頃です。