

12月6日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ハヤシライス
- ・ヨーグルト和え



今月もおいしい給食をお届けします！

体をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの
牛乳 (大分県産)	米 (大分県産)	マッシュルーム
豚肉 (九州産)	サラダ油	玉ねぎ (北海道産)
ヨーグルト	上白糖	人参 (熊本県産)
		グリンピース
		みかん
		黄桃
		パイン
		ナタデココ

ぱくぱくだよい

【ヨーグルト和え】

「腐敗」と「発酵」の違いを知っていますか？どちらも食品を微生物が分解することですが、人体に悪い影響があるものを「腐敗」よい影響があるものを「発酵」と呼びます。ヨーグルトは、牛乳が発酵したもので腸内環境を整えてくれます。

