

# 4月 給食室通信



きょう  
 〈今日のメニュー〉  
 ごもく  
**五目わかめラーメン**  
 しお  
**のり塩フライドポテト**  
 ぎゅうにゅう  
**パインヨーグルト、牛乳**

## 【主な食材の産地・取り扱い業者】

蒸し中華めん：宮原製麺 白ごま：多国籍  
 じゃがいも： 生わかめ：国産  
 いか：ペルー あおさこ：国産  
 豚肉：千葉  
 うずら卵水煮：国産  
 プレーンヨーグルト：森永乳業  
 にんにく：青森  
 生姜：高知  
 白菜：茨城  
 人参：徳島  
 たけのこ水煮：国産  
 チンゲンサイ：茨城  
 長ねぎ：千葉  
 干し椎茸：国産  
 パイン缶：国産  
 牛乳：コーシン乳業



## 「ぱくぱくクイズ」

ぎゅうにゅう なに くわ  
牛乳に何を加えるとヨーグルトになるでしょうか？

- ① カルシウム      ② 乳酸菌      ③ 酢

こた  
(答え) ② 乳酸菌

ヨーグルトは、牛乳に『乳酸菌』を加え、発酵させて作られます。乳酸菌やビフィズス菌などは、お腹の中で悪い菌が増えるのを抑えてくれたり、お腹の中の環境を整えたりする働きがあります。また、ヨーグルトには、成長期に必要なカルシウムがたくさんふくまれているので、すすんでとりたい食品です。



きょう きゅうしょく のこ  
今日の給食も残さずおいしくいただきましょう！