

# きゅうしょくしつ ✿給食室から✿

平成30年10月11日(木)



## ☆☆今日の給食☆☆

- ぎゅうにゅう 牛乳
- や 焼きカレーパン
- キャベツのスープ
- フルーツヨーグルト



今日のデザートは「フルーツヨーグルト」です。ヨーグルトは  
とても歴史の古い食べ物で、今から7000年前には世界各地で  
作られていたと言われています。日本で一般的に広まったのは今  
から約130年前の明治時代です。日本では牛乳を使って作るこ  
とがほとんどですが、世界にはヤギやらくだのミルクを使って作  
るヨーグルトもあります。

ヨーグルトに含まれる乳酸菌にはお腹の中の良い菌を増やし、  
お腹の調子をととのえる働きがあります。