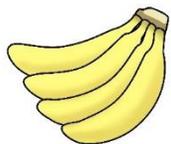


# 10月23日(月)

五目うどん

じゃこおひたし



バナナケーキ 牛乳

## バナナ

「楽園の果実」という学名をもつバナナ。旧約聖書の「エデンの園」にも出てくる歴史の古い植物で、原産地は東南アジアのマレーシアあたりといわれています。15世紀以降、ヨーロッパやアメリカにもバナナが渡り、広まっていきました。日本にバナナが伝わってきたのは、戦国時代のころです。ポルトガル人の宣教師が織田信長に献上したという記録があります。バナナの栄養は、「デンプン質」「ブドウ糖」「しょ糖」「果糖」と、エネルギー源となるいろいろな種類の炭水化物を含んでいます。

にんじん	：	北海道
長ねぎ	：	青森
もやし	：	栃木
こまつな	：	埼玉
しめじ	：	長野
だいこん	：	千葉
鶏肉	：	宮崎
たまご	：	青森
じゃこ	：	インドネシア
バナナ	：	フィリピン