



平成29年10月11日（水）

ぎゅうにゅう むらさき
牛乳 紫いもパン
だいず
大豆とまいたけのクリームシチュー
わふう
和風サラダ

むらさき 紫いもパン

「紫いも」は、皮だけではなく、いもの中まで紫色をしているさつまいも。

色の正体は、目や肝臓にいいといわれているアントシアニンです。

この「紫いも」のパウダーと「さつまいも」のダイスカットを、パン生地におりこんで焼いてもらいました。

自然な甘さがやさしい風味のパンです。

まいたけ

低カロリーで免疫力を高める成分があると注目されています。

