



## 1月9日（木）黒パン 牛乳 オムレツ ペンネのトマトミートソース ポトフ風スープ

今日の主食は黒パンです。給食によく出る黒パン、なぜ黒いのか皆さん知っているでしょうか？黒パンが黒いのは、パンの生地に黒糖を入れているからです。普通の砂糖よりも、コクのある甘みを感じます。これは、糖分だけでなく、ミネラルなどが含まれているためです。独特の甘みを感じる黒糖は、お菓子はもちろん、料理や飲み物など幅広く利用されています。