

献立ひとくちメモ

5月27日(火)



パイナップルの原産は熱帯アメリカです。大航海時代にコロンブスが発見してヨーロッパに持ち帰りました。その後アフリカ、アジアに伝わり、江戸時代の1845年に日本に伝わりました。

松かさ（パイン）のような形状に、りんご（アップル）のような味わいがあることから、組み合わせて「パイナップル」と名付けられたそうです。

パイナップルはビタミン類が豊富な果物で、特にビタミンB1やクエン酸多く、疲労を回復させ、食欲を刺激し、消化を良くするはたらきがあります。また、食物繊維も多く、便秘の予防にも役立ちます。

※本日の冷凍パインは有機栽培農産物（オーガニック製品）です