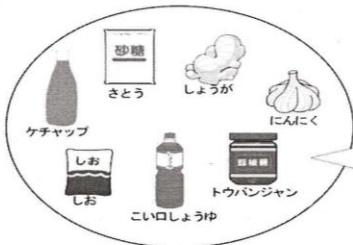


3月 5日 (火)

チリソースのつくりかた

☆トマトに、とうがらし、さとう、塩などの調味料を加え、煮つめて作ります。



今日の給食には、ケチャップの赤色とトウバンジャンの辛みを生かした「鶏肉のチリソース焼き」が登場します。

きょうのこんだて

けいにくのチリソースやき
ちゅうかに
きゅうりのちゅうかあえ
ごはん
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) サラダあぶら、さとうでんぶん、ごまあぶらごはん
あ か	(おもにからだをつくる) けいにく、ひたにくあつあげ、ぎゅうにゅう
み ど り	(おもにからだのちゅうしをととのえる) しょうが、にんにく、はくさいたまねぎ、にんじん、だけのこにら、きゅうり

クイズ3 今日の給食に使われているチリソースの「チリ」とは、とうがらしのことですが、どこの国で生まれたとうがらしでしょうか。

① インド ② 中国 ③ メキシコ

一口メモ

○昨日から「さよなら給食」を行っています。さよなら給食は、卒業する6年生が、1年から5年までのクラスに訪問してグループでいっしょに給食を食べます。上福島小学校は、登校班やなかよし班で全学年が交流しています。卒業する6年生といっしょに給食を食べることで、今までお世話になった気持ちを伝えたり、6年生はお礼の気持ちを伝えました。校長先生も各学年を訪問しています。

○今日の主菜は「けいにくのチリソースやき」です。

チリソースは、ペースト状にしたトマトにとうがらし、



さとう、しおなどの調味料を加えて煮つめて作ります。

チリソースのチリとは、

メキシコ原産のレッドペッパーで、チリとは、メキシコにむかしから住んでいた人のことばで「からさ」を意味します。

給食のチリソースの材料



レッドペッパー

にんじん	鹿児島県	はくさい	長崎県	にら	高知県
たまねぎ	北海道	きゅうり	福岡県	しょうが	高知県

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③