

1月17日(金)

ポトフ

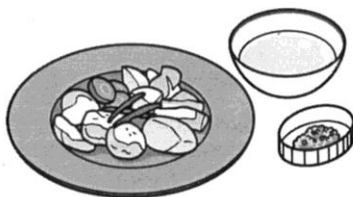
肉や野菜、香草を煮こんだフランスの家庭料理です。煮こんだ肉と野菜をスープと一緒に食べます。

給食では牛肉とウインナー、

じゃがいも、キャベツ、

にんじん、パセリを

使っています。



きょうのこんだて

コッペパン (いちごジャム)

ぎゅうにゅう

ポトフ

カレーソテー

もものクラフティ

き	(おもにエネルギーのもとになる) コッペパン、いちごジャム、 じゃがいも、あぶら、こむぎこ、 クリーム、さとう、コーンフレーク
あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、 ウインナー、けいにく、 けいらん
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) キャベツ、にんじん、パセリ、 もやし、ピーマン、 はくどう(カットかん)、

クイズ7 フランス料理は世界三大料理の一つです。あと二つは何でしょう。

- ①中国料理と日本料理(和食) ②中国料理とイタリア料理
③中国料理とトルコ料理

一口メモ

今日の主菜は「ポトフ」です。ポトフは、フランスの家庭料理です。肉や野菜、香草をたくさん使って、コトコトと煮こんだ料理です。

ポトフとは、フランス語で「火にかけたなべ」という意味があります。

給食では、角切りにした牛肉(肩ロース)、ウインナー、にんじん、じゃがいも、キャベツをコトコトと煮こんで最後にパセリを加えました。

今週は、「生活振り返り週間」です。



デザートには、もものクラフティがつきます。クラフティもフランスの焼き菓子です。



給食では、たまご、生クリーム、さとうをまぜ合わせたものに、ふるった小麦粉ともものかんづめを加えてまぜました。作った生地をコーンフレークを敷いた上に流して210度で25分間焼きました。

じゃがいも	北海道	にんじん	鹿児島県	パセリ	静岡県
キャベツ	三重県	ピーマン	鹿児島県	もやし	ミヤマー(工場:岐阜)

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ③