

11月10日(木)

## か 変わりピザ

きょうしょく 食の変わりピザは、ぎょうざの皮に、ツナ、コーン、ピーマン、ピザソース、チーズを混ぜ合わせた具をのせて、焼き物機で焼いています。

ピザは、イタリアの南部ナポリ地方の料理で、小麦粉で作ったピザ生地に好みの具をのせてオーブンで焼いたものです。



### 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  
ふたにくとやさいのスープに  
かわりピザ  
みかん

き おもにエネルギーのもとになる  
コッペパン、じゃがいも  
あぶら、ぎょうざのかわ  
いちごジャム

あか おもにからだをつくる  
ぎゅうにゅう  
ふたにく、ツナかん  
チーズ

みどり おもにからだのちょうしをととのえる  
キャベツ、たまねぎ  
にんじん、えだまめ  
にんにく、コーン、ピーマン  
みかん

クイズワ 給食にも登場するイタリア料理は、どれでしょうか。

- ① リゾット ② カブレーゼ ③ ミネストローネ

### 一口メモ

○今日の副菜は、変わりピザです。ピザはイタリアの南部のナポリ地方の料理です。



こむぎこ 小麦粉とイーストで作った生地を丸く平らにのばして

トマトで作るピザソースやモッツアレラチーズ、パルメザンチーズ、すきな具をのせてオイルをふりかけてオーブンで焼きます。

ピザの種類で「マルゲリータ」「ペスカトーレ」「クアトロ・フォルマッジ」などがあります。

マルゲリータは、モッツアレラチーズ、バジル、トマトの具です。ペスカトーレは、イタリア語で漁師を意味して、いか、えび、ムール貝、アサリ、ほたて、ブラックオリーブなどを使った魚介たっぷりのピザです。クアトロ・フォルマッジは、モッツアレラ、ゴルゴンゾーラ、パルミジャーノ、ゴーダチーズを使っています。4種類のチーズという意味です。

○給食では、ピザ生地としてぎょうざの皮を使っています。

ぐ 具は、ツナ、コーン、細く切ったピーマン、ピザソース、チーズ

です。具をまぜ合わせて1枚ずつぎょうざの皮の上に具をのせて、200度で5分間焼き物機で焼きました。

いえ 家でオーブントースターでもできるので、おやつとして作ってみてください。



ぎょうざの皮

じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	ピーマン	宮崎県
にんじん	北海道	キャベツ	長野県	にんにく	青森県