

3月14日(火)

給食に使用するパスタの種類

パスタは、イタリア料理に使う小麦粉から作っためんもの仲間のことです。いろいろな形があり、料理によって使い分けられています。

スパゲッティ



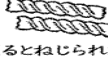
ひものように切った形

エルボ



短く曲がった形

ツイスト



くるくるとねじられた形

ファルファレ



リボンの形

アルファベット



アルファベットの形

ホイール



車輪の形

きょうのこんだて

こくとうパン(1/2)
ぎゅうにゅう
さけのクリームスパゲッティ
キャベツときゅうりのサラダ
ソフトくろまめ

き	おもにエネルギーのもとになる こくとうパン スパゲッティ、あぶら こむぎこ、クリーム さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう べにざけ、ベーコン ソフトくろまめ
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、にんじん マッシュルーム、キャベツ きゅうり

クイズ10 スパゲッティをゆでるときに使っている調味料は次のどれでしょう。

- ① さとう ② しょうゆ ③ 塩

一口メモ

今日の給食は、さけのクリームスパゲッティです。

フレーク状の紅ざけを使った春らしいあわいピンク色のスパゲッティです。

クリームスパゲッティには、綿実油で小麦粉を色づかないように十分にいためたホワイトルウを加えています。

牛乳やクリームも入れてこくやうまみをだしています。

クリームスパゲッティに使用しているスパゲッティは、

イタリア料理でよく

使っているめんです。イタリア料理では、小麦粉から作っためんを「パスタ」とよんでいます。

イタリアでは、デュラム小麦という特別な小麦をあらびきにしたデュラムセモリナという小麦粉でパスタを

作っています。パスタには、スパゲッティのほかにもマカロニなどもありイタリアでは、500種類以上のパスタがあるそうです。スパゲッティだけでもはばの広いフィットチーネやかみの毛のように細いカップリーニなどがあります。

【おまけクイズ】

給食でできるスパゲッティ料理は、どれでしょうか。

- ① スパゲッティミートソース ② ナポリタン ③ ペペロンチーノ

きゅうり	宮城県	たまねぎ	北海道	マッシュルーム(水煮)	千葉県
にんじん	鹿児島県	キャベツ	愛知県	ソフト黒豆	岡山県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズの答え：①

今週は、「食育週間」です。
食について考えましょう

