

# 2月16日(月)

# プリン



## きょうのこんだて

ぶたにくのデミグラスソースに  
はくさいのスープ  
かぼちゃのプリン  
こくとうパン  
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・ぶたにく・ けいにく・けいらん
き	(おもにねつやちからのもとになる) こくとうパン・サラダあぶら・ クリーム・さとう
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・グリーンピース・ にんにく・りんごピューレ・ はくさい・にんじん・パセリ・ かぼちゃ(ペースト)・

「プリン」は、<sup>たまご</sup>卵、<sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳、<sup>さとう</sup>砂糖で<sup>つく</sup>作るイギリス生まれのデザートです。もとの名前は「プディング」でしたが、日本では「プリン」とよばれるようになりました。

クイズ10 次のうち、給食に登場するのはどれでしょう。

一口メモ

① マンゴープリン

② まっちゃプリン

③ やきプリン

今週は、「食育週間」です。

○「かぼちゃプリン」の1人分の材料と分量は、鶏卵14g、かぼちゃペースト14g、牛乳9g、クリーム4g、砂糖3gです。お菓子作りの基本は、材料を正確に測ることが大切です。給食室でもきちんと計量してくださっています。

○では、「豚肉のデミグラスソース煮」と「はくさいのスープ」にはどんな材料が使われているでしょう。

○ただ食べる



「豚肉のデミグラスソース煮」は、豚肉、たまねぎ、グリーンピース、みじん切りのにんにくを使い、それをりんごピューレ、デミグラスソース、ウスターソース、ケチャップで煮ています。

「はくさいのスープ」は、はくさい、にんじん、パセリを使い、チキンスープ、塩、こしょう、うす口しょうゆで味つけしています。

のではなく、どんな材料が組み合わされているのか確かめながら食べるのも大事なことです。

たまねぎ	北海道	はくさい	愛知県	パセリ	静岡県
にんにく	青森県	にんじん	鹿児島県	かぼちゃ(ペースト)	北海道

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：③