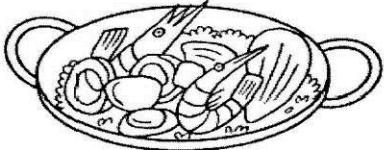


7月8日(金)

ハエリアは、スペインの
パレンシア地方の代表的な
料理です。

「ハエリア」という名前は、
ハエジェーラと呼ばれている、
取っ手のある浅くて丸い鍋で調理することからつきました。
給食では、カレー粉で色と風味を出しています。



パエリア

クイズ6 今日のスープの中のじゃがいもの切り方は何というでしょう？

①ほそぎり

②ひょうし木

③こぐちぎり

一口メモ

★今日のパエリアには赤ピーマンが使われています。私たちが普段よく食べるピーマンは、実が完全に熟す前に収穫するため、実の色は緑色をしています。それが、完熟すると赤色になり、甘みが強く、栄養価も高くなります。しかし、大切に完熟させるのはとても手間がかかるため、一般的に、赤色ピーマンの方が値段は高めです。

毎年、1・2年生は赤ピーマンになるまで育てています。実の下の方から、だんだん赤くなるのがわかりますね。



これは、昨年9月11日発行の「毎日食育通信」の一口メモです。9月に入って、たくさんの赤ピーマンが収穫できました。今年もたくさん収穫できたらいいですね。

★1年生が赤ピーマンを収穫しました。2年生の人がまるでトマトみたいといっていました。



いか	アルゼンチン	赤ピーマン	高知県	にんじん	青森県
たまねぎ	大阪府	じゃがいも	熊本県	オレンジ	アメリカ

ごみの分別□普通ごみ…牛乳キャップ・ジャムの袋 □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：②

きょうのこんだて

パエリア

じゃがいものスープ

オレンジ

おおがたコッペパン

(ブルーベリーシャム)

ぎゅうにゅう

(おもにからだをつくる)

ぎゅうにゅう・けいにく・いか

ぶたにく

(おもにねつやちからのもとになる)

おおがたコッペパン

(ブルーベリーシャム)

せいはくまい

オリーブあぶら・じゃがいも

(おもにからだのちょうしきをととのえる)

たまねぎ・あかピーマン

トマト(かん)・さんどまめ

にんにく・キャベツ・にんじん

グリンピース・オレンジ