

# 4月11日(水)

## 石けんでていねいに手を洗おう

手を洗うときに、水で洗うだけでは、汚れが落ちません。  
石けんをつけて、ていねいに洗いましょう。



手をきれいにすることで、食中毒やかぜを予防することができます。  
給食当番は、とくにていねいに洗いましょう。

### きょうのこんだて

ぶたにくのデミグラスソース  
スープ  
キャベツとピーマンのソテー  
おおがたコッペパン  
りんごジャム  
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぶたにく、けいにく、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) オリーブあぶら、じゃがいも サラダあぶら、おおがたコッペパン りんごジャム
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) りんごピューレ、たまねぎ にんじん、パセリ、キャベツ ピーマン

クイズ2 きょうの給食にはりんごのピューレが使われています。

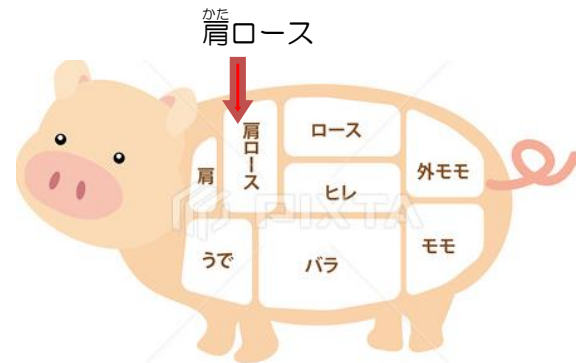
どのメニューに使われているでしょうか。

- ① ぶた肉のデミグラスソース ② スープ  
③ キャベツとピーマンのソテー

### 一口メモ

○今日の主菜は、「ぶた肉のデミグラスソース」です。

ぶた肉の肩ロースを白ワイン、しお、あらびきこしょう  
オリーブ油で下味をつけて、焼いたあとに、  
デミグラスソースをかけました。



○デミグラスソースは、洋食の基本的なソースです。

フランスで作られたソースといわれています。

フランス語でデミグラスは、半分の氷という意味があるそうで、料理にたとえると「につめる」という意味になります。

デミグラスソースは、につめた濃厚なソースを意味します。

○給食のデミグラスソースは、りんごピューレ、ケチャップ、  
デミグラスソース、ウスターソースを合わせて、煮たものを  
焼いたぶた肉にかけました。

ケチャップ

デミグラスソース

りんごピューレ



じゃがいも	鹿児島県	にんじん	徳島県	ピーマン	宮崎県
たまねぎ	長崎県	キャベツ	愛知県	パセリ	静岡県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①