

11月7日 の給食メニュー

- ・ピタパン
- ・牛乳
- ・グリーンスープ
- ・チリコンカン
- ・手作りパインゼリー



体をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの
牛乳	ピタパン	ほうれん草
ベーコン	じゃが芋 (北海道産)	玉ねぎ (北海道産)
大豆	生クリーム	人参 (北海道産)
豚肉 (大分県産)	バター	トマト
	ゼリー	パインジュース



今月もおいしい給食をお届けしま

ぱくぱくだより

【チリコンカン】

チリコンカンは、アメリカ料理です。ひき肉と玉ねぎなど炒め、トマトやチリパウダーなどで味付けをしています。チリパウダーは唐辛子にオレガノ、クミンなどといった香辛料を混ぜたものです。香辛料は、いろいろな料理をおいしくしてくれる働きがあります。①香りをつける ②色をつける ③辛みをつけるなどです。今日はピタパンの中にチリコンカンを入れて食べてくださいね。

