

10月30日 の給食メニュー

- ・まあるいパン
- ・牛乳
- ・カレーポトフ
- ・野菜コロッケ
- ・キャベツのソテー



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	(大分県産)	まあるいパン	(宇佐市産)	玉ねぎ	(北海道産)
豚肉	(九州産)	油		人参	(北海道産)
チキンウインナー		さつまいも	(熊本県産)	キャベツ	(群馬県産)
		コロッケ		コーン	
		サラダ油			



今月もおいしい給食をお届けします!

ぱくぱくだより

【カレーポトフ】

ポトフはもともと、17世紀ごろからフランスの農民の間で食べられていた料理です。手に入れる肉や野菜を大きな鍋に入れて、低温でじっくり煮込むことで、固い肉も柔らかくなり、栄養を十分に引き出すことでできるという実用的な側面もありました。今では家庭料理の代表的な一品として寒い時期に愛されています。

