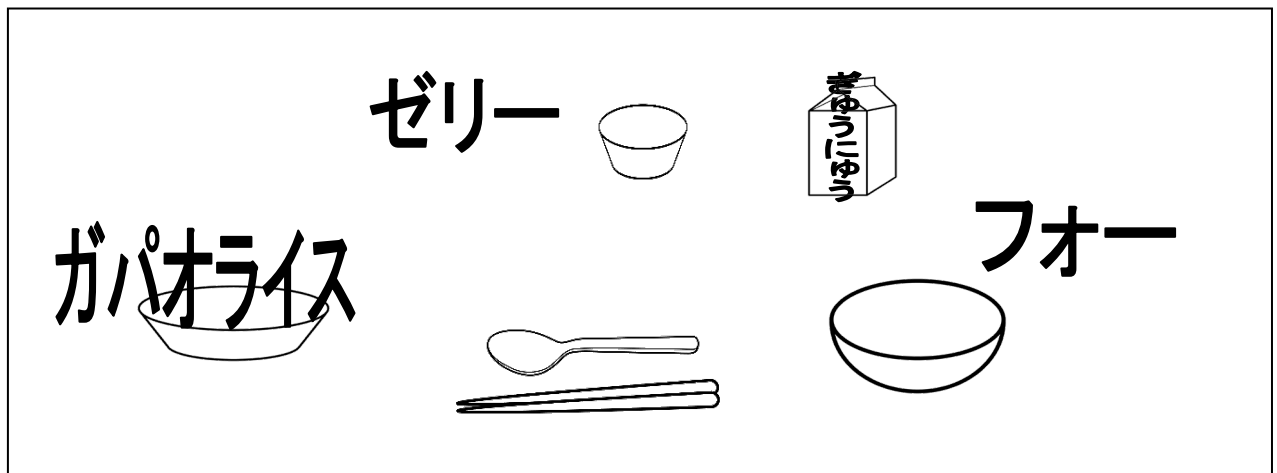


ランチタイム！

4月 30日（水） ^{きょう}今日の ^{きゅうしょく}給食

- ・ ガパオライス（ごはん・^ぐ具）
- ・ ^{わふう}和風 フォー ・ ^{てづく}手作り ^{りんご}林檎 ゼリー
- ・ ^{ぎゅうにゅう}牛乳

はいぜんのしかた



ガパオライスはタイ ^{りょうり}料理で、ガパオはタイの『バジル』を ^さ指します。バジルと ^{ぶたにく}豚肉を ^{さかな}魚から ^{つく}作った ^{しょうゆ}醤油（ナンプラー）で ^{いた}炒めたものをご ^{はん}飯にかけていただきます。

フォーは、^{こめ}米を ^{こな}粉にした「^{こめ}米粉」から ^{つく}作った ^{ひら}平たい ^{めん}麺のベトナム ^{りょうり}料理です。ベトナムでは、^{とり}鶏や ^{うし}牛から ^{だし}出汁を取りますが、今回は ^と鶏の出汁に ^{こんかい}和風の ^{とり}昆布と ^{わふう}かつお ^{こんぶ}節の ^{だし}出汁を ^あ合わせてみました。

^{きょう}今日もよく ^か噛んで、^{がいこく}外国の ^{りょうり}料理を ^{あじ}味わって ^た食べましょう。