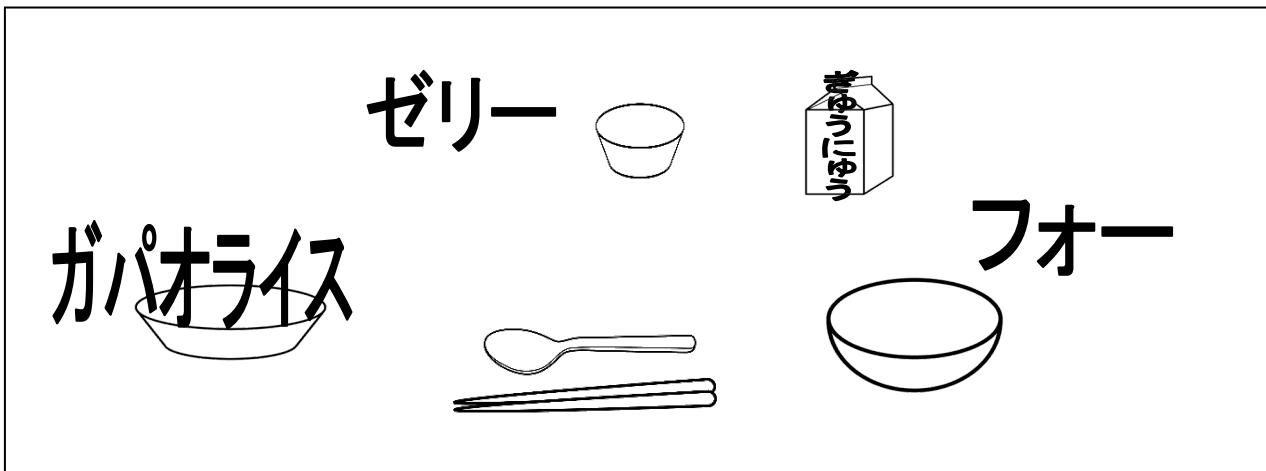


ランチタイム！

4月 30日 (水) きょう きゅうしょく
今日の 給食

- ・ ガパオライス (ごはん・具)
- ・ 和風 フォー
- ・ 手作り 林檎ゼリー
- ・ 牛乳

はいせんのしかた



ガパオライスはタイ 料理 で、ガパオはタイの『バジル』を 指します。バジルと 豚肉 を 魚 から 作 つた 醤油 (ナンプラー) で 炒 めたものをご 飯 にかけていただきます。

フォーは、米 を 粉 にした「米粉」から 作 つた 平 たい 麺 のベトナム 料理 です。ベトナムでは、鶏 や 牛 から 出汁 を 取 りますが、今回 は 鶏 の 出汁 に 和風 の 昆布 と かつお 節 の 出汁 を 合 わせてみました。

今日 もよく 噛 んで、外 国 の 料理 を 味 わって 食 べまし ょう。