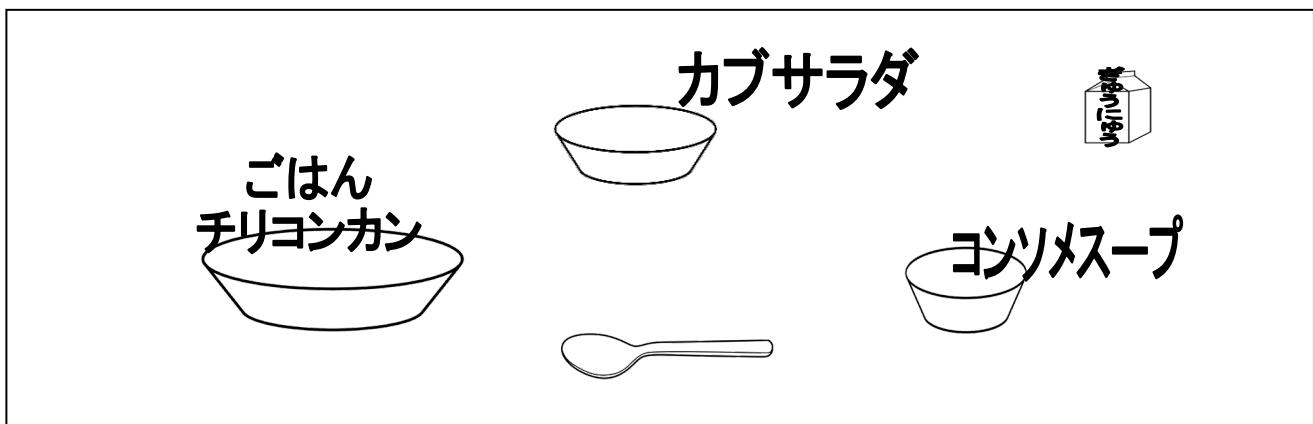


# ランチタイム！

5月 7日(水) きょう きゅうしょく  
今日の 給食

- ・ごはん
- ・チリコンカン
- ・かぶ  
・蕪のサラダ
- ・コンソメスープ
- ・牛乳

はいぜんのしかた



メキシコには「チレ・コン・カルネ」という 料理 があります。チレとは「とうがらし」のことです。肉や豆、トマト、玉ねぎなどを 煮込んだものです。

チリコンカンに入っている赤と白の豆はどちらもインゲン豆の仲間です。インゲン豆は 大昔 から 食べられていました。17世紀に 隠元隆琦 というお坊さんが 日本に持ち帰ったため、インゲン豆と呼ばれるようになりました。低脂肪・高たんぱくな 食品 で、世界中で 食べられています。