

ランチタイムだより



【今日のもりつけ】

トイレの後、給食を食べる前には必ず手を洗いましょう。



いちご



大皿

ごはん
ブラウンシチュー

小皿

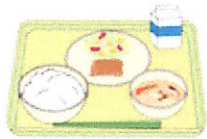
パリパリサラダ



もりつけの見本と同じように、食器をおいてみよう。食事のマナーは、食器のセットからはじまるよ！！
給食は頭で考えながら、心でも合せて下さいね。



☆担任の先生へ☆
食器の置き方はこのランチタイムだよりの通りに置いて下さい。食器の置き方も大切な食事マナーのひとつになります。



今日の献立 1月11日(水)

(主食)ごはん (主菜)ブラウンシチュー
(副菜)パリパリサラダ (デザート)いちご

今日は、ルウから手作りの「ブラウンシチュー」です。

小麦粉とバターを炒めてルウを作り、ブイヨンや赤ワインで煮込んでいます。

シチューはフランスで生まれた料理ですが、世界にはいろんな種類のシチューがあります。

日本では、明治時代から、レストランのメニューになっていたそうです。

給食室では、先にお肉を赤ワイン・塩・こしょう・ローリエで煮ています。

ローリエというのはハーブの種類で、「げっけいじゅ」という葉っぱを乾燥させたものです。

少し甘い香りもあり、お肉のくさみを消してくれます。

スーパーでは、葉っぱしか売っていませんが、給食では粉にしたものを使っています。

ハーブには、生のもの、乾燥させたものなど、いろんな種類がありますので、ぜひスーパーで探してみてくださいね。食材を見るのも、楽しいですよ♪

デザートには、スター田島さん(八百屋さん)の美味しいイチゴもあります☆