

令和7年度

## ランチタイムだよい



鶴指小給食室

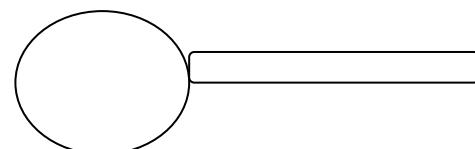
### ★ 7月2日(水) のもりつけ



ピラフ

チキン

ポトフ



### ★ 7月2日(水) の献立

ハムコーンピラフ

マーマレードチキン

なつやさいのポトフ

ぎゅうにゅう

今日は、『ピラフ』についての お話です。

『ピラフ』は、洗ったお米を炒めてからブイヨンで炊いて作ったものです。【\*ブイヨンとは、肉や野菜からとる出汁のこと。】

ペルシャ語やトルコ語で「焼き込みご飯」を意味する「ピラウ」という言葉から『ピラフ』と言われる様になりました。

今日もしっかり噛んで味わっていただきましょう。