

お皿の位置に注意しよう!

フルーツヨーグルト



牛乳

手作りホットドッグ

根菜ポトフ

食材名

産地名

とりにく  
じゃがいも  
にんじん  
たまねぎ  
キャベツ  
れんこん  
だいこん  
はくさい

みやざき 宮崎  
ほっかいどう 北海道  
ちば 千葉  
ほっかいどう 北海道  
あいち 愛知  
いばらき 茨城  
かながわ 神奈川  
ぐんま 群馬

今日は、自分で「コッペパン」に「野菜ソテー」や「ウィンナー」をはさんで作る『手作りホットドッグ』です。“ホットドッグ”は名前にもあるように、その見た目が“ドック→犬”（主にダックスフント）に似ているからその名がつけられたそうです。アメリカで生まれ、実はサンドイッチの仲間!?だそうです。

「根菜ポトフ」は、大根やレンコンなどの根菜がたっぷり入った、体の温まる料理です。“ポトフ”は、フランスの家庭料理の1つで、大きく切った野菜や肉をコトコトと煮込んだ、フランス版のおでんです。

暖かな春まであと一歩！まだまだ朝夕は冷え込む季節です。しっかりと食べて体を冷えから守りましょう☆