

3月14日(水)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！



食材名	産地名
ぶたにく	埼玉・群馬
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
しょうが	高知
にんじん	鹿児島
たまねぎ	北海道
さやいんげん	沖縄
じゃがいも	北海道
キャベツ	愛知
もやし	栃木
デコポン	熊本

今日も小春日和の暖かなで穏やかな日となりました。そんな日の給食は「ごはん」に「のりの佃煮」と「五目カレー煮」「じゃこと野菜のからし和え」「デコポン」の栄養満点献立です。

「五目カレー煮」はいつもの五目肉じゃがに“カレー粉”を加え、カレー風味に仕上げたボリューム満点の一皿です。

インド料理などでおなじみの“カレー粉”は同じ材料・作り方の料理でもちょっぴり加えるだけで、味がガラッと変身する魔法の調味料でもあります。また、みなさんも“カレー粉”は香りを嗅いだだけでも自然とお腹が減りませんか？その理由は“カレー粉”には胃を元気にし、食欲を増す働きをする香辛料（スパイス）が色々と混ざっているからだったのです。

みなさんも元氣を出したい時やちょっと食欲がない時には“カレー粉”を使った料理を食べてみてくださいね😊