

12月10日(月)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう!

キャラメルポテト

牛乳

ガーリックドレッシングサラダ

ペスカトーレ

食材名

産地名

いか	ペルー	※加工：日本
ほたて	北海道	
あさり	中国	※加工：日本
にんにく	青森	
にんじん	千葉	
セロリー	静岡	
たまねぎ	北海道	
パセリ	長野	
もやし	栃木	
こまつな	東京	
キャベツ	東京	
マッシュルーム	千葉	
さつまいも	千葉	

今日の給食は「ペスカトーレ」に「ガーリックドレッシングサラダ」と「キャラメルポテト」の栄養満点 Pasta メニューです。

「ペスカトーレ」は日本語に直訳すると“漁師風”という意味を持つ、イタリアを代表とする Pasta 料理です。

地中海に面したイタリアは、日本と同じく魚介類が豊富にとれ、魚介類を使った料理が色々とあります。「ペスカトーレ」もそのひとつで、料理名に“漁師風”と付くだけに、トマトソースの中にイカや貝などの魚介類がたっぷり入り、魚介のうま味がギュッと詰まった Pasta となっています。ちなみに、トマトにもグルタミン酸と言う、うま味成分が入っているため、魚介のうま味と合わせることで相乗効果となり、倍以上のうま味が生まれるそうです。

にんにく入りでスタミナ満点の「ガーリックドレッシングサラダ」と旬のさつまいもを使った人気の「キャラメルポテト」も栄養満点&おいしい一皿なので、今日ももりもりとしっかり食べて、今週も寒さに負けず元気にすごしましょう😊