

きゅうしょくしつからのおしらせ

きょうのもりつけ

れいわ ねん
令和5年

12月18日(月)

ブロッコリーサラダ

ガーリックトースト

チリコンカン



きゅうにゅう
牛乳

ち
よ
っ
と
し
メ
モ

きょう 今日^{はなし}は“チリコンカン”のお話です。チリコンカンはテ
キサス^う生まれのアメリカ料理^{りょうり}で、メキシコやアメリカ南部^{なんぶ}
でよく食べられています。豆^{まめ}をひき肉^{にく}と唐辛子^{とうがらし}でスパイシ
ーに煮込んだ料理^{りょうり}です。本場^{ほんば}ではよく赤いんげん豆^{あか まめ}を使っ
て作られますが、給食^{きゅうしょく}では大豆^{だいず}を使って作っています。
やわらかくゆでた大豆^{だいず}とひき肉^{にく}、玉ねぎ^{たま}、トマトにチリパ
ウダーと調味料^{ちようみりょう}を加え、スープ^{くわ}を多めに^{おお}にして煮込みまし
た。大豆^{だいず}がたっぷり^た食べられて、パン食^{しょく}にもごはん^{しょく}食^{しょく}
にも合う料理^{あ りょうり}です。よくかんで豆^{まめ}の味^{あじ}や食感^{しょっかん}を味わいましょ
う！

きょう 今日^しの地場農産物^{ばのうさんぶつ} かず 和ファームよりキャベツです。