



☆平成23年10月31日(月)の給食紹介☆

中学校

エネルギー:838kcal

たんぱく質:33.8g

★セルフチリドッグ

・背割パン

・フランクフルトチリソース

☆海草サラダ(ドレッシング)

★パンフキンシチュー

☆フチかぼちゃプリン

★牛乳

～セルフチリドッグチリソースレシピ～

材料(4人分)

・にんにく	少々(みじん切り)
・サラダ油	少々
・玉ねぎ	5分の1個(みじん切り)
・トマトケチャップ	大さじ3
・トウバンジャン	お好みで
・しょうゆ	小さじ1
・酒	小さじ3分の2
・砂糖	小さじ3分の1

フライパンに油を入れ、にんにくを炒め、かおりが出たら、玉ねぎも炒める。調味料を加えて、味を調べてできあがり。

★ハロウィン献立★

10月31日は、「ハロウィン」です。ヨーロッパで古くから住んでいたケルト人のお祭りが起源とされ、アメリカ、カナダなどの英語圏で特に盛大に祝われます。お化けや動物などに変装した子どもたちが近所をまわって、「お菓子をちょうだい。さもないといたずらしちゃうぞ。」と叫んでは、お菓子をもらい集めて楽しむ風習です。

映画やテレビドラマなどを通して、日本にも紹介され、最近ではお化けや魔女に仮装して、仮装行列などを行うところもあります。

かぼちゃがシンボルとなったのは、「ジャック・オ・ランタン」といって、かぼちゃをくりぬいて、お化けの顔のちょうちんを作ることからです。家の前につるして悪い霊を追ひ払い、家の中ではかぼちゃのお菓子を食べるそうです。

給食ではハロウィンにちなんで、かぼちゃの入った「パンフキンシチュー」と「フチかぼちゃプリン」にしました。栄養もたっぷりのかぼちゃをモリモリ食べましょう。

