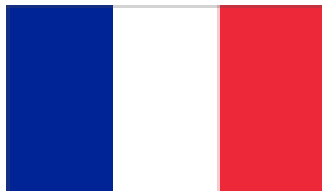


給食センターからこんにちは



10月の中学校の献立より・・・

☆平成28年10月31日(月)の給食紹介☆

中学校 エネルギー:871kcal たんぱく質:33.8g 脂質:28.4g 塩分:4.4g

- ★主食:ピラフ
- ☆主菜:コックオーヴァン
- ★副菜:コールスローサラダ
- ☆汁物:ウイナーポトフ
- ★デザート:かぼちゃババロア
- ☆飲み物:牛乳

世界の味巡り～フランス～

10月は、ヨーロッパにある「フランス」です。フランスは、世界三大料理にも数えられる美食の国です。

～フランスの美味しいもの紹介～

★コックオーヴァン

これは、鶏肉の赤ワイン煮という意味です。フランスの田舎料理の代表と言われています。本来ならば、かまどソースと一緒に肉を煮込むとよいのですが、大量に煮込むのが難しいため、肉を焼いてからたっぷりのソースをかけました。

★ウイナーポトフ

給食では何回も登場しているメニューです。ポトフは、フランスの家庭料理の一つです。

～フランスの料理クイズ～

6月にも世界の味巡りでは、フランスを特集しました。では、その時に登場したフランス料理は、次のうちどれでしょう？

① ラタトゥイユ



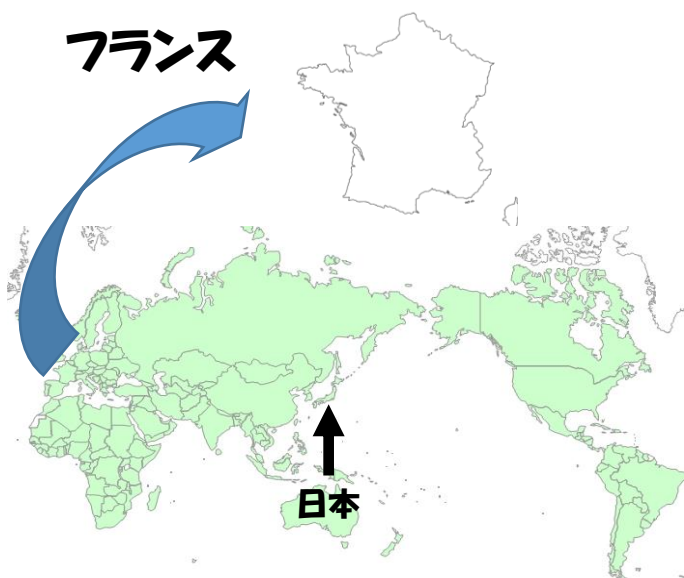
② ブイヤベース



③ ガレット



フランス



日本



コックオーヴァン

ウイナーポトフ



答え: ①ラタトゥイユ

トマト、なす、ピーマンなどの夏野菜をにんにくとオリーブ油で炒め、トマトを加えて香草とワインで煮たものです。食べたのを覚えていたでしょうか？