

12月9日(月)

麦ご飯

ししゃものカレー揚げ

筑前煮

味噌汁【1年生リクエスト】

牛乳

カレー粉

カレー粉は、香りを付けるスパイス、辛みを付けるスパイス、色を付けるスパイスの3種類がブレンドされたものです。

○香り…クミン、コリアンダー、カルダモンなど

○辛み…カイエンペッパー、こしょうなど

○色 …ターメリック、サフラン、パプリカなど

このスパイスがバランス良く配合され、カレーの味になります。

付け合わせの筑前煮は、1B3班(9/4当時)
家庭科の授業で考えた献立です。



しょうが : 高知
にんじん : 千葉
こまつな : 東京
ごぼう : 青森
れんこん : 茨城
だいこん : 神奈川
長ねぎ : 秋田
鶏肉 : 宮崎
ししゃも : /ルウェー