

給食紹介

令和 6年 10月 17日(木)

エビピラフ(ペルー料理) 牛乳
エンパナーダ(2こ) ブロッコリーのソテー

ここがポイント

☆〇〇さん考案メニュー☆
おいしいペルー料理を組み合わせ
せて給食の献立にしました。



今日は、2年〇組 〇〇〇〇さん が考えてくれた献立です。
ペルーのおいしい料理(ピラフ・ソティー)を給食メニューに考えてくれました。

ペルー料理

1学期に2年生家庭科の授業で“給食の献立を考えよう”の学習をしました。栄養バランスや旬の食材、地場産食材、給食にあったメニュー、食べたい料理など、素敵な献立を考えてくれました。給食用にアレンジして毎月少しずつ紹介しています。(^^♪)

ペルーの代表的な料理は、『セビーチェ』という白身魚・タコ・イカ・エビ・貝などの魚介類とレモンやライムにたまねぎ・唐辛子でマリネにしたものや『エンパナーダ』という揚げパイ(ミートパイ)、『牛肉とじゃがいもなどのいも類、パプリカなどのソティー』が有名です。今日は、エビ・イカの魚介のピラフ、ブロッコリー・ベーコン・パプリカ・コーン・さつまいものソティーと エンパナーダ(少し小さめの餃子風ミートパイ)です。南米ペルーを感じながら味わってください。
♪ 給食では、様々な食文化も紹介しています。(^^♪)



エンパナーダとは。。。

南米地方で食べられているいわゆる揚げパイのこと。ひき肉・野菜にスパイス・ハーブなどで味付けた具をパイのように生地で包み、油で揚げたり、焼いたりしたもの

