

五中ミニ給食通信

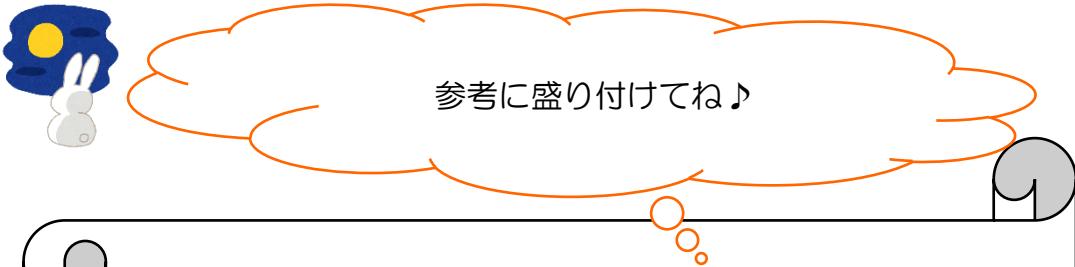
令和 5年 9月 5日 NO.66

今日の給食は「チリコンカン」です。今回は「チリコンカン」についてです。

チリコンカンは豆やひき肉、玉ねぎ、トマトをチリパウダーで煮込んだ料理です。アメリカのテキサス州が発祥と言われています。チリパウダーとは唐辛子に香辛料を加えたもので、日本でいう七味唐辛子のようなものです。

今日の給食ではひき肉と金時豆をトマト味で煮込み、チリパウダーのほかにさまざまなスパイスを使って作りました。具だくさんで栄養満点な料理です。

コーンマヨネーズトースト、
コーンがこーんなにたくさん
入っているね♪
いっぱい食べておこーん(*^▽^*)



《今日の献立》

コーンマヨネーズトースト

チリコンカン

くだもの(ぶどう1人2つ)

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳	食パン	ホールコーン
ハム	バター	パセリ にんにく
チーズ	エッグケアマヨネーズ	セロリー 玉葱
鶏ひき肉	油	にんじん ピーマン
金時豆	じゃがいも	エリンギ トマト缶
生クリーム	小麦粉	しょうが ぶどう