

令和6年 9 月 3 日 ( 火 )



# 今日の南中給食



メニュー

パリ・オリパラ献立

- ・ソフトフランスパン  
(はさみ)
- ・鶏肉とりにくのハニーマスタード  
ソースかけ (はさみ)
- ・キャロットラペ (ぎざお玉)
- ・ポトフ (お玉)
- ・牛乳ぎゅうにゅう



## きょう えいよう 今日の栄養メモ

パリで行われているパラリンピックは8月28日から9月8日まで  
の開催です。それにちなみ、7月に続きフランス風の献立にしました。

鶏肉とりにくのハニーマスタードソースは、鶏肉とりにくのソテーにハチミツと  
粒マスタード、生クリームなまのソースをかけました。キャロットラペの  
「ラペ」は「すりおろす」という意味のフランス語で、細く切った  
人参にんじんを甘酢あまずドレッシングであえたさっぱりしたサラダです。

「ポトフ」は鍋なべでコトコト煮込にこむという意味があり、大きめに切った  
野菜やさいと肉にくをよく煮込にこんだスープで、野菜やさいのうまみたっぷりです。