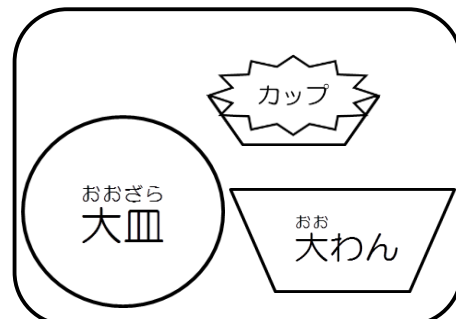


★^{しょく}食の^{まめ}豆^ち知識^{しき}～さくらの^{まな}学^やび舎～

^{しょっき} 食器	^{きょう} 今日の ^{こんだて} 献立	^{はいぜん} 配膳 ^{きぐ} 器具
^{おおざら} 大皿	ジョロフライス	しゃもじ・スコップ
^{うえ} おぼんの上	ボボティ	てぶくろ手袋
^{おお} 大わん	レンズ豆の スープ	おたま

<^{しょっき}食器の^お置き^{かた}方>



今日は⁵年生の^{ねんせい}発表^{はっぴょう}「アフリカンシンフォニー」と^{から}絡めた^{こんだて}献立です。

★**ジョロフライス**：^{とりにく}鶏肉を使った^{つか}トマト風味の^{ふうみ}スパイシーな^た炊き込み^こごはん。
西^{にし}アフリカの^{きょうわこく}ガーナ共和国の^{りょうり}料理。

★**ボボティ**：レーズンやスパイスを使った^{つか}カレー風味の^{ふうみ}ミートローフ。
ミートローフとは、^{にく}ひき肉や^{やさい}野菜を^{かた}型に入れて^い焼いた^や食べ物^{もの}のこと。
南^{みなみ}アフリカ^{きょうわこく}共和国の^{りょうり}料理。

★**レンズ豆のスープ**：アフリカで^た食べられている^{まめ}レンズ豆を使った^{つか}スープ。



ジョロフライス



ボボティ



レンズ豆

給食室の様子



いたあじつ
炒めて味付けした
ひき肉をカップに入れ、
たまごをかけて焼きました。

