

9月13日(水)おいしいなつうしん

ぎゅうにゅう
ホットミートサンド
ごぼうのかりかりサラダ
カレーコンソメスープ

☆きのうの正解☆ ② 黄色

こまつな は アブラナ科の植物で、花の色は黄色です。

◎今日のクイズ◎

「ホットミートサンド」は、ミートソースの具を作り、パンにはさんでからアルミホイルで包み、オープンで焼きました。アルミホイルで包んであるので、あたたかい状態で食べることができます。

「ごぼうのかりかりサラダ」は、揚げたごぼうをサラダのトッピングにしました。ごぼうが苦手な人も食べやすい味になっていると思います。ごぼうは食物せんいをたくさん含んでいます。食物せんいは不足しがちなので、しっかり食べましょう！

スープはカレー味にしました。カレー風味が食欲をそそりますね。では、クイズです。「ホットミートサンド」に使っているパンの種類はなんですか？

- ① 食パン ② コッペパン ③ フランスパン

正解のクラス

1の1、1の2、2の2、3の1、
3の2、4の1、4の2、4の3、
5の1、5の2

もりつけかた

ごぼうの
かりかりサラダ

ホットミートサンド

カレーコンソメスープ

大わん