

# 食育ニュース

11月1日(金)

ぎゅうにゅう  
牛乳

副菜皿

りんご

飯椀

深皿

ジャンバラヤ

やさい  
野菜のクリーム煮

スパイシーチキン

ジャンバラヤは、アメリカのケイジャン料理の一つです。ケイジャンとは、フランスの植民地から、今のアメリカ・ルイジアナ州に移住した人々のことです。大きな鍋で作り、大人数で食べることが多く、現在ではバーベキューとともに屋外パーティの主役になることが多いようです。ルイジアナ州においては、ハンバーガーやホットドッグと並ぶ、定番メニューだそうです。

