

飯椀

フルーツヨーグルト

ぎゅうにゅう
牛乳

ドレッシング
をまぜましょう。

深皿

副菜皿

きのことひよこ豆のドライカレー

パリパリ海藻サラダ

ひよこ豆は、**インド料理**で使われることで有名ですが、それ以外にも**トルコ**をはじめと

する中東、地中海周辺を中心としたヨーロッパなどで使われ、食べ方も様々です。

インドや中東では、カレーやスープに入れたり、ヨーロッパではサラダのほか、粉にして麺やパンを作ったり、揚げ物の衣としても使われます。ひよこ豆が食用とさ

れてきた歴史は長く、**紀元前 5000 年前**から食べられているそうです。**高い栄養価**を

もち、半乾燥地帯でも育つため、多くの人の命を繋いできた食べ物です。



給食室の様子

ドライカレーには、たくさんの具材と調味料が使われています。



“パリパリ”の正体は、パリッと揚げたワントンの皮です。

