



オリパラ給食第1弾です。クロックムッシュはフランスのカフェで提供されたのが始まりとされています。「クロック」とはフランス語で「カリッとした」という意味があります。ポトフもフランスの家庭料理の1つです。

料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主にどんな働きをするかを表しています。



フレンチサラダ*★	ぎゅうにゅう 牛乳○
クロックムッシュ★○	ポトフ*○★

- エネルギーになる…★
- きんにく ほね
筋肉や骨をつくるもとになる…○
- からだ ちょうし ととの
体の調子を整える…*