給食ひとくちメモ　7月14日(月)

チリビーンズドッグは、刻んだ大豆を沢山入れたミートソースにチリパウダーを加えて作りました。チリパウダーは唐辛子に様々なスパイスが混ざっており、独特な風味があります。メキシコ料理やスペイン料理などによく使用されています。

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。

エネルギーになる…★
筋肉や骨をつくるもとになる…○
体の調子を整える…＊

カリカリじゃこサラダ＊○★　牛乳○

チリビーンズドッグ　★○＊

豆乳スープ　＊○★