

# 5がつ30にちの こんだて

ごはん

ぽとふ

ぶたにくのりんごそーす

ぐりーんさらだ



ポトフ

## きょうのポイント



ポトフは肉と野菜をじっくりと煮込んだフランスの家庭料理です。香味野菜と言われる野菜を入れて煮詰めます。香味野菜は、セロリや玉ねぎ、ねぎなど特に香りが良いものです。給食では食べやすさや配膳をやりやすくするため食材は一口大にしてありますが、写真のように家庭で作るときはドカンと大きくゴロゴロの状態で作って食べるとまた違った味わいでおいしいですよ。



ゆっくり  
よくかんで  
たべよう



# 5がつ30にち きょうのたべもの



ソーセージ



ぶたにく



ドレッシング



さとう



オリーブ  
オイル



あぶら



ごはん



りんご



レモン



ブロッコリー



きゅうり



しょうが



パセリ



たまねぎ



にんにく

