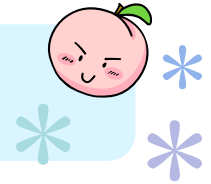


ハヤシシチューのお話（小）



みなさん、こんにちは。今日は、ハヤシシチューのお話です。

ハヤシシチューは、細かく切った肉とたまねぎを塩、こしょうで炒めて、ブラウンソースで煮込んで作ります。海外の料理をもとに日本でアレンジされた洋食です。ハヤシは肉などをきざむという意味のハッシュがなまったもので、正式にはハッシュド・ミートといえます。ごはんにかけてハヤシライスにして食べてもおいしいですよ。

今日は、今年度3回目の「えがおで給食の日」で、洋食の人気献立「ハヤシシチュー」です。

この日は、牛乳と調味料をのぞき、「たまご」、「乳」、「小麦」、「えび」、「かに」をできるだけ使わないで給食を作ります。

一般的にとろみをつけるルウには、小麦とバターを使っていますが、今日は小麦とバターを使っていないルウで作りました。そのため、乳や小麦がアレルギーで食べられない人にも、食べられるようになっています。

献立表には、「♪」マークがついています。どこにあるかがしめてみてくださいね。