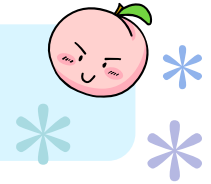




## ゴロゴロ野菜のトマトスープパスタ (小)



みなさん、こんにちは。今日の給食の「ゴロゴロ野菜のトマトスープパスタ」は春日井市内の小学生が「わが家のじまん料理」に応募して採用された献立です。たまねぎやキャベツなどのたくさんの野菜が入っていて、ケチャップがかくし味です。ケチャップを入れることで、あまみがでます。野菜のうまみがたっぷりつまったスープパスタで、応募者の家庭では最後までおいしく食べることができる定番メニューです。

「ゴロゴロ野菜のトマトスープパスタ」に入っているトマトには、ビタミン、ミネラル、食物繊維など健康によい成分が、バランスよく含まれていることから「トマトが赤くなると医者が青くなる」ということわざがあります。また、トマトには、こんにぶに含まれているうまみのもとと同じ成分のグルタミン酸が含まれています。日本はおふくろの味といえ、みそ汁があげられますが、イタリアではトマトソースがおふくろの味として、各家庭の味を伝えいろいろな料理をおいしくする万能ソースになっています。

トマトが世界中で愛され続けているのは、赤い色が食欲をそそることと、調味料のように使うことができるからです。トマトのうまみを味わって食べましょう。