

7月



7月25日(水)

～今日の給食～

○グリルチキン

○ラタトゥイユ

○オレンジ



☆給食の先生からのお話☆

今日のお話はラタトゥイユについてです。

語源・・・ラタトゥイユとはフランス南部の郷土料理で夏野菜の煮込み
かき混ぜる・ごった煮と言う意味の言葉

旬の食べ物のトマト、ピーマン、なす、かぼちゃがそろって入っています。カラフルな色が多く、ビタミン類が多いのが特徴です。体温を下げたり、余分な水分を体外に排出する働きがあり、熱中症予防やむくみ改善に効果があるといわれています。



☆子どものつぶやき(反応)☆



給食の先生にラタトゥイユの中に入っている野菜を教えてもらおうと「こんなにたくさん入っているの～!!」と驚いていた子ども達。「トマト嫌いだな～」と正直に言う子どもも見られましたが、実際に食べてみると「おいしい～」「自分でとったなすびが入ってる～」などと言いながら喜んで食べていました(^)/ラタトゥイユの作り方をペープサートで見せてもらおうと興味津々で見ていた子ども達でした。