

10月 27日（火）今日の盛り付け

大皿：ポークカレーライス

大碗：ミルク寒天ポンチ

小碗：シーザーサラダ

トレイ：牛乳



【ひとくちメモ】今日の給食は洋食です。

シーザーサラダ

シーザーサラダは、メキシコ ティファナにあるホテル「シーザーズプレイス」のシーザー・カルディニ氏が1924年7月4日に生み出したことに由来しています。キッチンにあった材料をかき集めて即興で作ったサラダが評判となり、「シーザーサラダ」としてアメリカ、そして世界に広がったと言われています。

オリジナルレシピとされているのは、ロメインレタスやクルトン、パルメザンチーズなどの材料で作られたサラダです。現在では、さまざまな野菜や具材を使ってアレンジが広がっています。チーズたっぷりのドレッシングをかけて食べられるのが一般的です。

ロメインレタスは、生食はもちろん、加熱してもおいしい野菜です。エーゲ海のコス島が原産とされるロメインレタスは、葉が肉厚でサクサクとした食感が特徴です。通常の玉レタスと比べて栄養価も高く、代表的なメニューのシーザーサラダで親しまれてきた食材です。今回の給食では使用していませんが、スーパーなどのお店で見かけた際はシーザーサラダを思い出してみてください。

今日の給食も残さず食べましょう♪♪

ロメインレタス

