

## 新学期スタート



2学期のスタートはカレーライスです。  
カレーライスはおうちごとにいろいろな  
作り方があると聞きます。  
今回は、給食センターのカレーを紹介します。



にんにくとしょうが、豚肉を炒めます。



野菜は、たまねぎとにんじん、じゃがいも  
です。  
たまねぎはさいの目切り、にんじんはいちょう  
切りにします。



じゃがいもは1個ずつ芽を取り除き、さいの目  
切りにします。

## 新学期スタート



豚肉を炒めた釜に、にんじんとたまねぎを入れて炒めます。  
じゃがいもは、溶けてしまうので後で入れます。



作っている間に調味料をはかっておきます。

右が、ケチャップ、ウスターソース、中濃ソースを混ぜたもの。左がコンソメです。



炒めた具に水を入れます。  
釜で作る給食センターは、T字型の特殊な定規を使ってスープの分量をはかります。



用意しておいた調味ソースを入れていきます。

## 新学期スタート



カレールウはミキサーでかくはんして溶いておきます。



溶いたカレールウを入れます。



給食のカレーのかくし味として、豆乳を入れます。  
豆乳を入れることで、味がまろやかになります。



混ぜながら煮込んでいきます。  
混ぜる時に使う道具は「スパテラ」といいます。  
とろみのあるカレーになってきました。

## 新学期スタート



学校、クラスごとに配缶してみなさんの  
もとに届けます。



カレーライス、温野菜サラダ、りんごゼリーで  
2学期がスタートです。

でも、給食のカレーライスは、なんで麦ごはん  
なのでしょう。



麦ごはんの理由は、栄養のバランスのほか  
によく噛んで食べて欲しいという理由もある  
そうです。

