

ビジュアル献立

しょうきぐ 使用器具

- | | | |
|----------------|-------------|------|
| ● ガパオライス | しゃもじ
おたま | ふかざら |
| ● めだまや
目玉焼き | てぶくろ | |
| ● マロニースープ | おたま | しるわん |
| ● | | |

ひとくちメモ

きょうは、タイ料理の『ガパオライス』です。「ガパオ」とはタイで「バジル」のことを意味します。『ガパオライス』は、とりひきにく・たま・にんじん・ピーマン・バジルを炒めたものをご飯にのせて、ご飯と一緒に食べる料理です。タイでは、めだまや目玉焼きをのせて食べることが多いです。

9 月 11 日 (木曜日) ようび

はいぜんず めやすりょう 配膳図・目安量

卵焼きは、アルミからはずして、
ガパオライスにのせます。

