

11月5日（水）

- 黒糖パン
- ミネストローネ
- 海藻サラダ
- 牛乳



ミネストローネはイタリアの野菜スープです。トマトが入ることが多いそうです。使う野菜も季節や地方によってさまざまで、たまねぎやじゃがいも、にんじん、きゃべつ、セロリ、ズッキーニ、さやいんげん、ベーコンなどが使われています。パスタや米を入れることも多いです。今日は、ぶた肉とベーコン、じゃがいもとにんじん、たまねぎ、パセリとスパゲティを入れて作りました。ミネストローネという名前はイタリア語でスープを意味する言葉からついたそうです。