

5月23日（月）

- ごはん
- みそ汁
- 洋風きんぴら
- 牛乳



洋風きんぴらには、ジャガイモを切って油で揚げたものが入っています。ジャガイモは、ナス科の植物で、南フランスの生まれです。アイリッシュポテトともいうそうです。フランス語で、ジャガイモは「ポム・ド・テール」といい、「大地のリンゴ」という意味があります。ビタミンCがたくさん含まれているからです。じゃがいもは、地下の茎の太った部分を食べています。