

# ランチメニュー

9/15

きょう

今日のこんだて

- ・ジャンバラヤ
- ・冷凍みかん
- ・豆と野菜のスープ
- ・牛乳

ジャンバラヤはアメリカ南部の料理で、  
スペインのパエリアに起源があると  
いわれています。パエリアは具材に  
魚や貝を使いますが、ジャンバラヤは  
肉や野菜、チリパウダーを入れて炊いた  
スパイシーな炊きこみごはんです。  
今日はたくさんの具材に、ケチャップと  
チリパウダーで味を付けました。

