

ハッピー しあわ きゅうしょく
 ☆ Happy(幸せ)給食 ☆

ピーマン



つきみ
月見ゼリー

ぎゅうにゅう
牛乳

チンジャオロース

ごはん

ちゅうか
中華スープ



ちょうり
調理のポイント



ピーマン は火が通りやすいので、

チンジャオロースを作る時は、最後にさっと

いた 妙めるくらいにして いろど 彩りよく仕上げました。

おのみちしみつぎちょう
尾道市御調町では、ジャンボピーマンが多く栽培されています☆



ピーマン畑



ピーマンの花



あかいろ か まえ しゅうかく
赤色に変わる前に収穫

まるや
オーブンで丸焼きにして
た 食べるのが ピーマン農家さ
のうか
んおすすめの食べ方です。

