



オリンピックをイメージした給食を食べて

# 聖火リレーを応援しよう！



日本に届いた聖火は、聖火ランナーによって、全国をつないでまわり、オリンピックへの関心と期待を呼び起こす役目を担っています。



ギリシャのオリンピア遺跡で、太陽の光を集めておこした火が聖火となります。聖火は神に捧げる聖なる火であり、オリンピックの象徴です。



黒部市はアーチェリー競技、インド代表直前キャンプ開催及び、ホストタウンに登録されています。

**YOGURT** ギリシャヨーグルト

ギリシャでは、肉や魚にも負けない栄養源としてよく食べられています。濃厚でクリーミーな食感で、普通のヨーグルトに比べて、水分が少なく、たんぱく質を多く含みます。

 **チキンティッカ**  
(タンドリーチキン)

鶏肉をヨーグルトとスパイスで漬け込み、タンドールという窯で焼いたものがタンドリーチキンです。その骨をとり、食べやすくしたものが、“チキンティッカ”と呼ぶそうです。

※給食のチキンティッカには、ヨーグルトは入っていません。



 **五輪カラーサラダ**

ごぼう（青）、コーン（黄）、黒豆（黒）、小松菜（緑）、赤パプリカ（赤）の食材で、オリンピックの五輪カラーを表現したサラダです。ごぼうに含まれる酵素とこんにゃくの成分がうまく反応すると、薄い青色になるのですが…

成功しますように…！

 **聖火リレースープ**

聖火の炎をイメージしたトマトベースの汁に、じゃが芋、玉ねぎ、キャベツなど日本各地の食材を煮込んだスープです。さらに、黒部の名水ポークが加わり、スープのまとめ役となっています。日本各地からつないできた、聖火リレーを食材で表現しました。



# オリンピックをイメージした給食を食べて 聖火リレーを応援しよう！



## 五輪カラーサラダ

ごぼう(青)、コーン(黄)、黒豆(黒)、小松菜(緑)、赤パプリカ(赤)の食材で、オリンピックの五輪カラーを表現したサラダです。ごぼうに含まれる酵素とこんにゃくの成分がうまく反応すると、薄い青色になるのですが…



## 聖火リレースープ

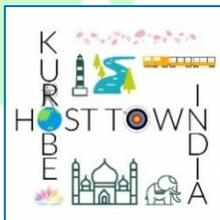
聖火の炎をイメージしたトマトベースの汁に、じゃが芋、玉ねぎ、キャベツ、人参、さやいんげんと日本各地の食材を煮込んだスープです。さらに、黒部の名水ポークが加わり、スープのまとめ役となっています。日本各地からつないできた、聖火リレーを食材で表現しました。



ギリシャのオリンピア遺跡で、太陽の光を集めておこした火が聖火となります。聖火は神に捧げる聖なる火であり、オリンピックの象徴です。



日本に届いた聖火は、聖火ランナーによって、全国をつないでまわり、オリンピックへの関心と期待を呼び起こす役目を担っています。



黒部市はアーチェリー競技、インド代表直前キャンプ開催及び、ホストタウンに登録されています。

YOGURT

## ギリシャヨーグルト

ギリシャでは、肉や魚にも負けない栄養源としてよく食べられています。普通のヨーグルトに比べて、水分が少ないため濃厚でクリーミーな食感です。また、タンパク質を多く含んでいます。



## チキンティッカ (タンドリーチキン)

骨付きの鶏肉をヨーグルトとスパイスで漬け込み、タンドールという窯で焼いたものがタンドリーチキンです。その骨をとり、食べやすくカットしたものを“チキンティッカ”と呼ぶそうです。

※給食のチキンティッカには、ヨーグルトは入っていません。



