

# 3月23日(水)

ガパオライス

タイ風えび入りスープ

ミルクティーゼリー

牛乳

## ガパオライス

タイ料理のガパオライスは鶏肉のバジル炒めご飯のことを言います。「ガパオ」はシソ科メボウキ属の植物でタイのホーリーバジル呼ばれるものを材料で使うので、ガパオライスと言います。

たまねぎ : 北海道  
にんじん : 千葉  
ピーマン : 茨城  
赤ピーマン : 千葉  
バジル : 愛知  
セロリー : 静岡  
パセリ : 千葉  
青梗菜 : 静岡  
エリンギ : 長野  
鶏肉 : 宮崎  
豚肉 : 千葉  
たまご : 青森  
えび : タイ