

給食のカレーライスのひみつ



制作者 山北人志

①「給食のカレーライスひみつの紙芝居します。」

学校給食のカレーライスには食べ物の好き嫌いをなくすための秘密があります。どんな秘密があるのか見てみましょう。」



ビーフカレーライス

②「牛肉を使ったビーフカレーライス。」



チキンカレーライス

③「鶏肉を使ったチキンカレーライス。」



ポークカレーライス

④「豚肉を使ったポークカレーライス。」



カツカレーライス

⑤「トンカツのついたカツカレーライス。」



キーマカレーライス

⑥「挽肉を使って作る、キーマカレーライス。キーマとは「細切り肉」や「ひき肉」という意味です。」



ドライカレーライス

⑦「少量の水分で煮詰めて作ったドライカレーライス。」



えびフライカレーライス

⑧「えびフライが入ったえびフライカレーライス。」



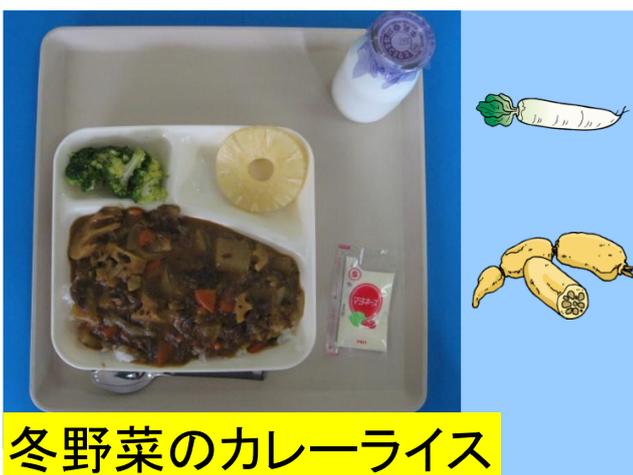
⑨「いか、たこ、えび、ほたてなどの魚介類の入ったシーフードカレーライス。」



⑩「大豆の入った牛肉と大豆のカレーライス。」



⑪「トマト、カボチャ、ゴーヤ、なす、ピーマンなどの夏野菜を使った夏野菜のカレーライス。」



⑫「だいこんやれんこんを使った冬野菜のカレーライス。」



⑬「このように、学校給食のカレーライスに沢山の
カレーライスがあるのは、いろいろな食材の組み合
わせをして苦手な食材も食べることができるよう
に工夫をしているからです。ピーマン、なすを使用
した『夏野菜のカレーライス』、れんこん、だいこん
を使用した『冬野菜のカレーライス』、大豆を使用し
た『牛肉と大豆カレーライス』、えびやいかやほたて
などの魚介類の『シーフードカレーライス』などさ
まざまな食材を取り入れています。」

「カレーライスの食べ物で嫌いなものはありまし
たか。」（手がたくさん上がる）

「でも、カレーの中に入っていると食べられます
か？」（手がたくさん上がる）

「嫌いな食べ物でも大好きなカレーの中に入っ
ていると食べやすいですね。」

嫌いな食材も好きな料理で食べると食べること
ができることに気付いてもらえるようにカレーの食
材に使っているのです。」

ポークカレーライス キャベツのサラダ
みかん 牛にゅう (13品)



⑭「また、学校給食の献立ではカレーライスの
献立でも、カレーライスだけでなく、たくさ
んの食材を組み合わせ使っています。

たとえば、ポークカレーライスにキャベツのサ
ラダ、みかん、牛乳が付いた献立では黄、赤、
緑のグループに 13 品の食品がバランスよく使
用されています。

給食のカレーの献立はみなさんの健康を考え
て作られています。

好き嫌いしないで残さないで食べましょう。」