

香辛料のパワー

令和5年6月30日
北空知圏学校給食センター

7月を目前にして、暑くなってきました。暑くて、なかなか食欲がでない時もありますが、香辛料には食欲を高める効果があります。そして、香辛料をとると汗をたくさんかいて、体温を下げようとします。暑い国の人たちは香辛料を使った食事が多く、香辛料で体をクールダウンしています。香辛料が入ったカレーは、暑くなる時期にぴったりの料理です。今日の給食はカレーライスです。カレーには、いろいろな種類の香辛料が使われています。香辛料のパワーで、暑い日を元気に乗り切りましょう！



カレーに入っている香辛料は天然の薬ともいわれています。

