

修学旅行へ行ってきました！

～アメリカ、オーストラリア、シンガポール・マレーシア～

2年生は 2/18～3/2 にかけて本校初めての選択制修学旅行へ行ってきました。生徒一人ひとりが自分で行きたい場所を選んで各国へ出発しました。それぞれ独特の文化を持つ国へ行き貴重な体験をしてきました。そこで栄養指導委員会では各国の料理に注目し自分たちが食べたものを写真に撮りレポートにまとめてみました。いったいどんな料理に出会ったのでしょうか。

アメリカ編



題名 American Dish

2年 W組 16番 氏名 落合 桜花 国名 アメリカ



料理名 サンドウィッチ
説明
・メロン (フルーツ)
・マカロニ (サラダ)
・サンドウィッチ
肉
卵
マヨネーズ



料理名 ビュッフェ
説明
・パン
・ブロッコリー
・肉 (チキン)
・チーズマカロニ
・ポテト
・美味しかった。他にも
スウィーツも食べた。



料理名 牛肉のステーキ
説明
・ポテト
・サラダ (ドレッシング)
・ゴザトマ
・タイ米 (?) (軟かい)
・肉 (大きい)
・味が全体的に濃かった。

題名 アメリカの朝食、昼食、間食

2年 H組 1番 氏名 青木 楓磨 国名 アメリカ



料理名 パンケーキ + OJ
説明 朝ご飯を食べました。(ホワイ)
パンケーキは他にストロベリー
トッパ、バナナ、バナナを
さか、パンケーキはメイプルシロップ
などを付けて食べました。
飲み物はオレンジジュースです。



料理名 ハンバーガー (ベトナム)
説明 サンカとカを飲んだ
とき、昼食を食べました。
日本の一般的なハンバーガーと
比べてサイズが一回り大きく、
中の具は、はみ出たり味も日本の
よりも美味しかったです。
肉はジューシーで感動しました。



料理名 チリコンカン
説明 ホームステイ先に晩飯
前の軽食として出されました。
日本でも食べたことがありますが、
味が全然違って、トマトの酸味が
あって、豆は炊飯器で煮たので
やわらかくて美味しかったです。スリ
モントをカキ混ぜて色々と味を楽しみました。

アメリカと言えばやはりハンバーガー！
ボリュームもたっぷりで食べごたえがあり
ます。料理によっては生野菜がついてくる
こともあり胃が休まりますね。
しかし量が多すぎです。

シンガポール・マレーシア編

シンガポール・マレーシアは中国やマレー、インド、イスラムの影響を受けており独特の香辛料や味付けになっています。



これはマレーシアで大切なお客様を迎える
時の料理です。手前右は千キンカレー左は
カレーと一緒に食べる甘いクレープのような
ものでカレーにぴったりです。



このような中華料理もありました！



左は日本でもよく見かけるナシゴレンで右がミーゴレン
です。ナシはご飯、ミーは麺という意味でゴレンは炒め
るという意味です！みなさん、知っていましたか？

栄
養
新
聞
Vol.27

発行日：
2017. 3. 18.
浦和学院高校
栄養指導委員会

オーストラリア編

題名 オーストラリア料理 (メルボルン・シドニー)

2年丁組 13番 氏名 塩田真司

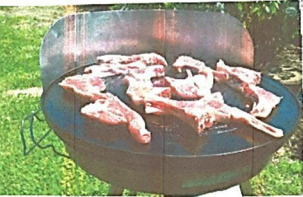
国名 オーストラリア



料理名 フィッシュアンドチップス
説明 魚を揚げて、くっつき料理です。魚は白身魚で、ジャガイモを揚げて、ソースをかけて食べます。この料理は、オーストラリアの代表的な料理です。



料理名 ステーキ
説明 牛肉や豚肉を焼いたステーキや、肉を煮たビーフシチューなどがあります。オーストラリアでは、肉を焼くのが大好きです。ステーキは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 BBQ
説明 日本のBBQとは違い、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。

題名 オーストラリアでの食事

2年乙組 39番 氏名 原 中子

国名 オーストラリア



料理名 トースト (バーベキュー・ハンサム)
説明 オーストラリアでは、朝食にトーストを食べます。トーストは、パンを焼いて、ジャムやバターをかけて食べます。トーストは、朝食の定番です。



料理名 BBQ
説明 肉の塊を、ソーセージや肉を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 パイ
説明 オーストラリアでは、パイを食べます。パイは、肉や野菜を焼いて、ソースをかけて食べます。パイは、朝食の定番です。

題名 オーストラリアの食事

2年F組 29番 氏名 片野 良高

国名 オーストラリア



料理名 パイ
説明 肉や野菜を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 ミートパイ
説明 肉や野菜を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 ミートパイ
説明 肉や野菜を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。

題名 オーストラリアで食べたもの

2年X(20) 増田 裕子

国名 オーストラリア



料理名 フィッシュアンドチップス
説明 魚を揚げて、くっつき料理です。魚は白身魚で、ジャガイモを揚げて、ソースをかけて食べます。この料理は、オーストラリアの代表的な料理です。



料理名 パンナコッタ
説明 いちごなどのベリー系の果物が、パンナコッタの上にのっています。パンナコッタは、クリームで固めたデザートです。



料理名 リンゴとバナナのピザ
説明 名物のリンゴとバナナのピザです。リンゴとバナナを、ピザの上にのけて食べます。



18日 夕食
今日の夕食は、オーストラリアの料理です。魚を揚げて、くっつき料理です。魚は白身魚で、ジャガイモを揚げて、ソースをかけて食べます。この料理は、オーストラリアの代表的な料理です。



20日 夕食
今日の夕食は、オーストラリアの料理です。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。

題名 各国の料理 今 オーストラリア、ファームステイ

2年乙組 35番 氏名 小松 平也

国名 オーストラリア



料理名 ミートパイ
説明 肉や野菜を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 BBQ
説明 肉の塊を、ソーセージや肉を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 BBQ!!
説明 肉の塊を、ソーセージや肉を焼いて、ソースをかけて食べます。オーストラリアでは、肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



30日 パンダー
パンダーは、オーストラリアの料理です。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。

題名 オーストラリア料理

2年F組 29番 氏名 橋本 知華

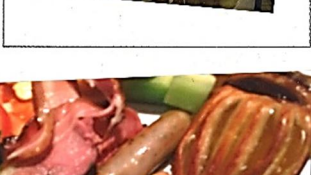
国名 オーストラリア



料理名 オーストラリア料理 パンダー
説明 パンダーは、オーストラリアの料理です。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 オーストラリア料理 パンダー
説明 パンダーは、オーストラリアの料理です。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 オーストラリア料理 パンダー
説明 パンダーは、オーストラリアの料理です。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。



料理名 オーストラリア料理 パンダー
説明 パンダーは、オーストラリアの料理です。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。肉を焼いて、ソースをかけて食べます。

ファームステイ先では、本当の家庭料理を楽しむことができました。必ずデザートがついてくのもオーストラリアの特徴ですね。栄養面ではやはり野菜が少ないように感じました。



国が違えば食べるものも調理法も全く違います。食事だけでなく文化そのものに興味を持って将来世界に羽ばたいて行きましょう!!