

7月11日(水)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶたにく	埼玉・群馬
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	青森
たけのこ	熊本
にんじん	千葉
たまねぎ	兵庫
ピーマン	茨城
もやし	栃木
だいこん	青森
キャベツ	東京
きゅうり	東京
ほししいたけ	大分・鹿児島

今日の給食は暑い日にもピッタリの「スタミナ丼」に「じゃこサラダ」と「グレープゼリー」です。

「スタミナ丼」は細切りの肉とピーマンやたけのこなどの野菜を炒めた中国の料理『青椒肉絲 (チンジャオロース)』を食べやすいようご飯の上にのせ、給食風にアレンジしたスタミナ満点の丼ぶりメニューです。

ちなみに、【青椒 (チンジャオ)】は辛みの少ない青唐辛子 (ピーマン)、【肉 (ロウ)】は肉、【絲 (スー)】は細切りという意味があるそうです。また、本場中国でも『青椒肉絲』に使用するのは給食と同じ“豚肉”であり、生肉を使用すると『青椒牛肉絲 (チンジャオニウロース)』という料理名になるそうです。

今週末は東京でも気温が35度以上の猛暑日☀️予想なので、暑さに負けないためにもしっかりと食べて体力をつけましょう😊