

10月 6日 (金)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶたにく	埼玉
にんにく	青森
しょうが	高知
たけのこ	熊本
たまねぎ	北海道
にんじん	北海道
ピーマン	茨城
キャベツ	長野
もやし	栃木
だいこん	青森
きゅうり	千葉

今日の給食はスタミナ満点❀「回鍋肉丼」にサッパリ! 「もやしの中華風サラダ」とお口直しの「ホワイトゼリー」です。

『回鍋肉』は豚肉・キャベツ・ピーマンなどを炒め、中華調味料(豆板醤や甜麵醬)で味付けした中国四川料理のひとつです

今日の給食では1年生も食べやすいように辛さを控え、白いごはんの上のせて丼料理にしました。甘辛いみそ味で食欲が

すすむボリューム満点の一杯です。ちなみに本場中国の伝統的な『回鍋肉』はキャベツではなく、蒜苗(スゥアンニャオ)と呼ばれるにんにくの葉を入れ、味付けも豆板醤(唐辛子)たっぷりです。激辛!? だそうです。

新作デザート「ホワイトゼリー(みかん入り)」はカルピスと生乳を混ぜて作った白い(ホワイト)ゼリーです。

楽しい3連休になるよう、今日ももりもりとたくさん食べて、スタミナ&パワーをつけてくださいね☺