

12月12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!

白玉フルーツポンチ



中華風卵とじ丼

バンバンジーサラダ

食材名	産地名
ぶたにく	埼玉・群馬
とりにく	鹿児島・宮崎
たまご	茨城
しょうが	高知
にんにく	青森
にんじん	千葉
たけのこ	熊本
もやし	栃木
こまつな	東京
たまねぎ	北海道
はくさい	東京
キャベツ	東京
ちんげんさい	静岡
ほししいたけ	大分・鹿児島

今日の給食は「中華風卵とじ丼」に「バンバンジーサラダ」と「白玉フルーツポンチ」の中華メニューです。

「中華風卵とじ丼」は野菜たっぷりの『八宝菜』を卵でとじて丼ぶりにした、給食オリジナルの栄養満点の一杯です。

『八宝菜』とは肉や野菜などの具材を炒め煮し、とろみを付けた中華料理のひとつで、名前にある“八宝”には8種類という意味ではなく、貝沢山という意味があります。ちなみに、同じく貝沢山という意味がある“五目”を付けて『五目うま煮』とも呼ばれるそうです。今日は肉や野菜の他に卵も加えた丼ぶりにしているので、栄養価もUP↑ボリュームも満点になっています。

また、「バンバンジーサラダ」も中華料理の『バンバンジー』をサラダ仕立てにした、給食オリジナルの一品であり、野菜に鶏肉のほぐし身をのせ、戸山小特製のごまダシをかけて食べる、こく旨!なサラダです。

今日も朝から雨降り☔の冬の寒さが身に染みる一日なので、しっかりと残さず食べて寒さ知らずの強い体をつくっていきましょう💪