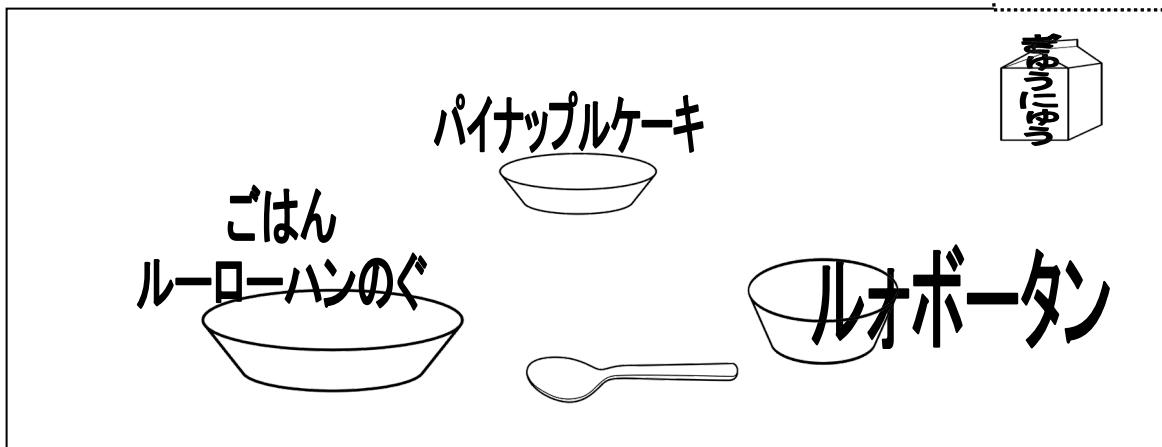


# ランチタイム！

5月 20日(火) きょう きゅうしょく 今日の給食

- ・ごはん
- ・ルーローハン
- ・魯肉飯の具
- ・オクラ湯
- ・パイナップルケーキ
- ・牛乳

はいせんのしかた



ルーローハンは 甘辛い 醤油ベースのタレで 豚肉を 煮込んだもので、ごはんにかけて食べる台湾の家庭料理です。香辛料の八角が入るのが特徴ですが、給食用に控えめに入っています。

ルオボータンのオクラは日本語ではオクラと読み、大根のことを指します。これも台湾の家庭料理で、大根を使った優しい味の汁物です。

味の濃い料理ばかり食べていると、将来病気になりやすくなるかもしれません。優しい味のスープと一緒に食べて、台湾の家庭料理を味わってください。