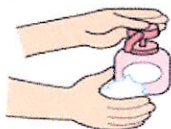


ランチタイムだより



【今日のもりつけ】

トイレの後、給食を食べる前には必ず手を洗いましょう。



スイーツポテト



大皿

ごはん
チンジャオロース

小皿

パンサンスー



もりつけの見本と同じように、食器を置いてみよう。食事のマナーは、食器のセットからはじまるよ。給食は頭で考えながら、心でも食べて下さいね。



☆担任の先生へ☆
食器の置き方は、このランチタイムだよりの通りに置いて下さい。食器の置き方も大切な食事マナーのひとつになります。



今日の献立
10月3日(月)

(主食)ごはん (主菜)チンジャオロース

(副菜)パンサンスー (デザート)スイーツポテト 牛乳

今日は、中華料理の「チンジャオロース」です。

「チンジャオ」とはピーマンのこと、そして「ロース」は肉の細切りという意味です。

つまり合わせると、「ピーマンと肉の細切りいため」という意味です。

中国の四川というところの料理ですが、人気メニューだからか、中国ではピーマンの嫌いな人がいないそうです。日本ではよくタケノコを入れますが、中国では入れないそうですよ。

中華料理のお店では、まずお肉に卵やかたくり粉をまぶし、やわらかくしておきます。

そして何より、中華なべと強い火力のおかげで、ピーマンはシャキシャキに仕上がるのです。

今日のスイーツポテトは、「まつながファームさん」という原木にある農園のもんです。

松永さんは昔から畑で「さつまいも・枝豆・ねぎ」などを作っていて、給食にも出荷してくれます。

ホクホクのおいもで作った甘いスイーツポテト、おいしくいただきます☆