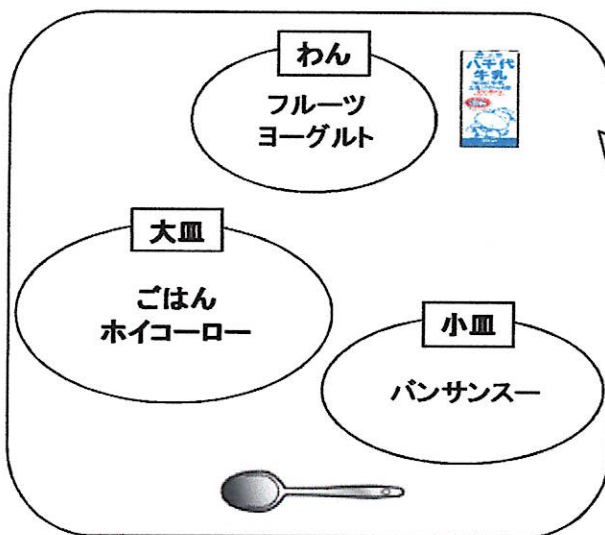


# ランチタイムだより



## 【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。



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、食器の配置からはじまるよ！！  
給食は頭で考えながら、心でも食べよう。

☆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。

きょう こんだて  
今日の献立  
11月14日(月)

しゅしょく (主食)ごはん (主菜)ホイコーロー  
ふくさい (副菜)パンサンスー (デザート)フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう 牛乳

今日は、中華料理の「回鍋肉」です。日本では「ホイコーロー」と読みますが、中国語だと「ホイグオーロー」と読みます。四川という町では、いちばん人気のメニューだそうです。  
本場のものは、日本のホイコーローとはだいぶちがいます。豚肉はかたまりをゆでてから切って使い、野菜はニンニクの葉っぱだけ。そして、とても辛い味つけです。  
それを日本に来た「チンケンミンさん」という人が、食べやすく甘い味つけにして、ニンニクの葉っぱのかわりに「きゃべつ」を入れるようになりました。  
給食で炒め物を作るときは、900人分ですので、野菜からたくさん水分が出てしまいます。水分でペチョットするとおいしくないため、調理員さんは、いろんな工夫をしてくれています。  
給食室には大きなおかまが8台ありますが、炒め物は2台を使い、大人の背丈くらいあるしゃもじで、力いっぱいかき混ぜています。  
日本のホイコーローもおいしいですが、中国のホイグオーローも食べてみたいですね！！