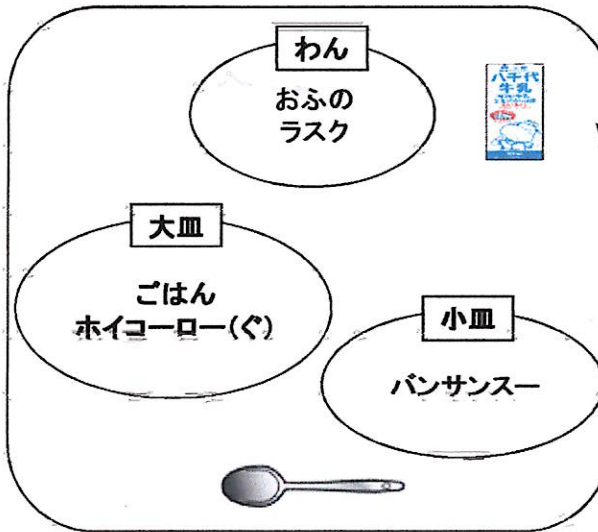


ランチタイムだより



【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。

今日の献立 1月18日(水)

- (主食)ごはん (主菜)ホイコーロー丼(具)
(副菜)パンサンスー (デザート)おふのラスク 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。水分でベチョっとな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。
具を炒める順番、調味料を入れるタイミングなど、勉強になることばかりです。
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！！