

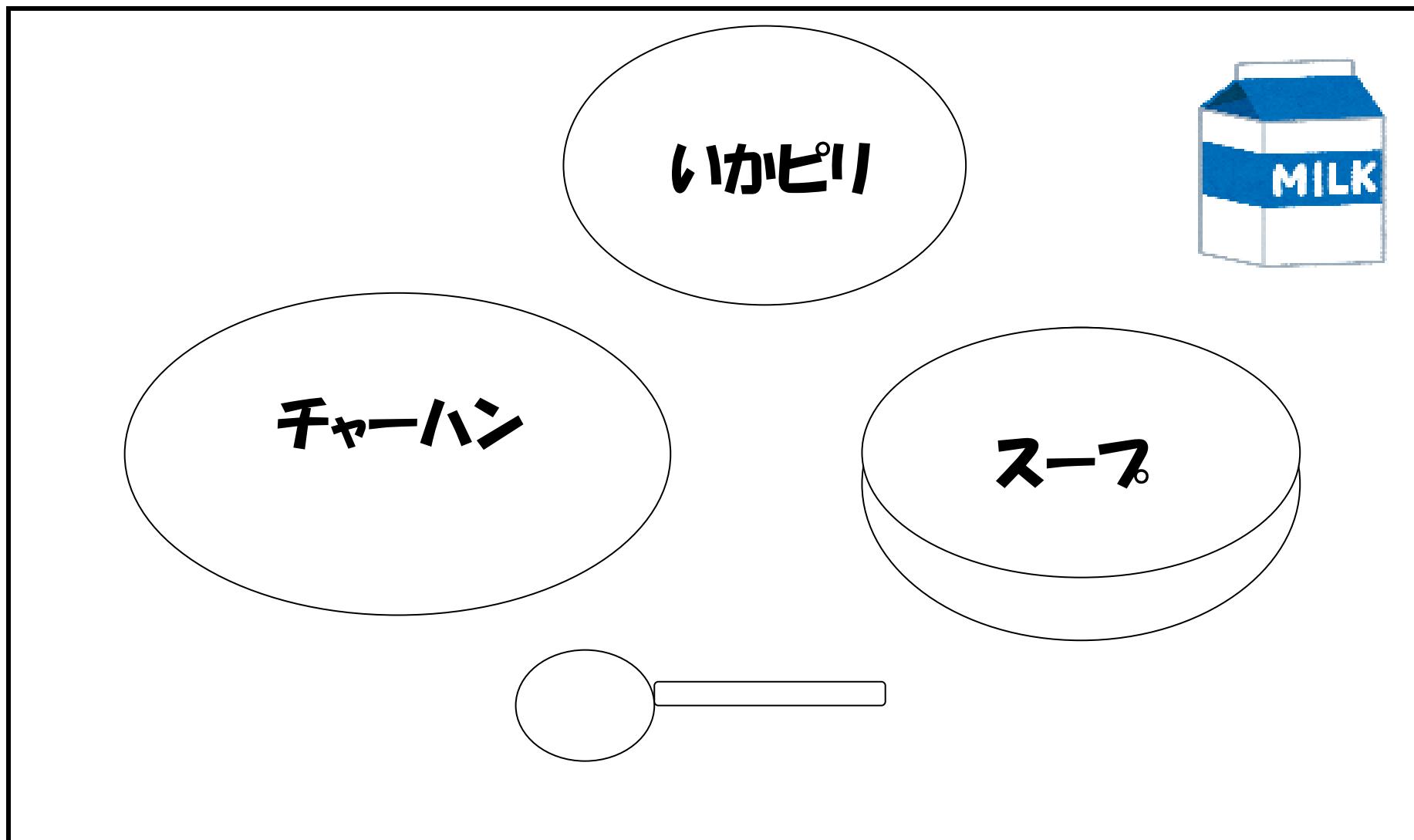
令和7年度

## ランチタイムだより



つるさし しょまゆうしょくしつ  
鶴指小給食室

### ★ 10月17日(金) のもりつけ



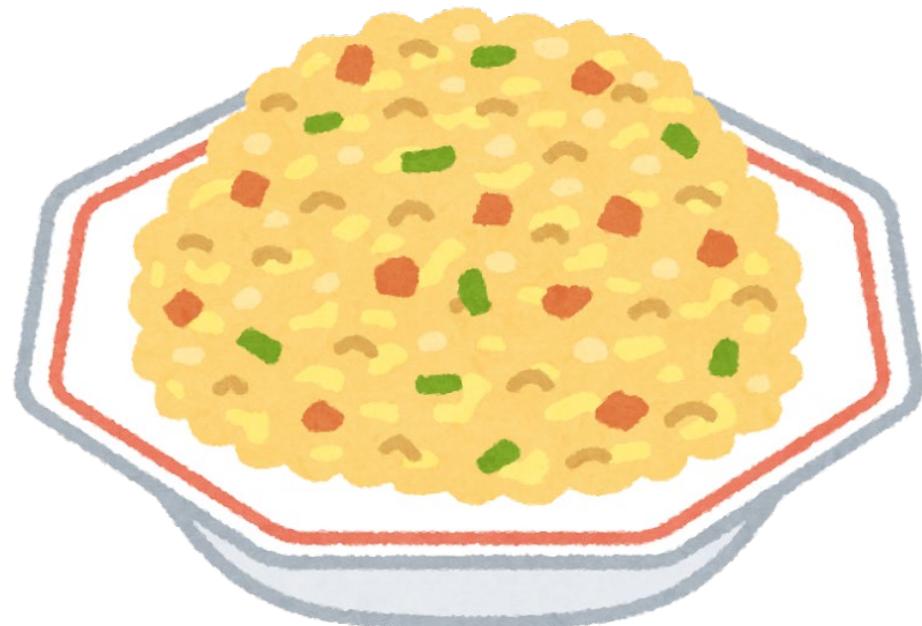
### ★ 10月17日(金) の献立

チャーハン

いかのピリッとジャン

ちゅうかふう  
中華風スープ

ぎゅうにゅう  
牛乳



きょう

今日は「チャーハン」についてのおはなしです。

チャーハンは、「チャー」が炒める、「ハン」がご飯という意味で、

ちゅうごくりょうり  
中国料理の炒めごはんのことです。

きゅうしょく  
給食では、人数分のご飯を炒めてチャーハンを作ることが

でき  
出来ないので、チャーシューやにんじん、ねぎなどの野菜を炒めて

た  
炊きあがった白米に混ぜこんで作っています。

きゅうしょく  
給食では一度にたくさん量を作るために様々な工夫をしています。

きょう  
今日もよく噛んで味わっていただきましょう。