

五中三二給食通信

令和 5年 10月 12日 N0.91



参考に盛り付けてね♪

今日の給食は「^{し せんとうふ}四川豆腐」です。「四川」とは中国の四川省のことを言い、中華料理の1つとして四川料理があります。四川料理は^{さんみ}酸味・^{からみ}辛味・^{にがみ}しびれ・^{あまみ}苦味・^{えんみ}甘味・^な塩味の6つの味で成り立っています。特にしびれるような辛さを意味する「^{マラー}麻辣」を味の特徴としており、唐辛子や香辛料を多く使用します。

とうがらしや香辛料をたくさん使用する理由は、四川省の気候が冬は寒く夏は暑いため辛いものを食べて汗をかき、健康に過ごすためだそうです。

今日の給食の「四川豆腐」は生揚げに野菜をたっぷりいれてキムチで辛く味付けしました。

辛味のもととしてトウバンジャンを入れています
「四川豆腐」を配膳するのは
給食とうばんちゃん
辛い料理って^{から}辛いから、い〜じゃん
おいしいじゃん



《今日の献立》

麦ごはん

^{し せんとうふ}四川豆腐

ひじき五目ナムル

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 生揚げ 豚ロース 干ひじき	米 押麦 砂糖 油 でんぷん ごま油 白すりごま	にんじん たけのこ 干し椎茸 玉葱 長ねぎ にら 白菜キムチ しょうが にんにく もやし 小松菜 きゅうり ホールコーン

