五中ミニ給食通信

令和 5年 10月 30日 NO.103

参考に盛り付けてね♪

今日の給食は「杏仁豆腐」です。杏仁豆腐は中華料理のデザートの１つです。

本場の中国では杏仁豆腐を作るとき杏仁霜(きょうにんそう)を使います。杏仁霜(きょうにんそう)とはあんずの種の中にある仁(じん)というものを粉末状にしたもので、杏仁豆腐の白い豆腐の部分を作るのに使います。もともとは生薬(しょうやく)として作られていて、漢方薬(かんぽうやく)に配合して使われていました。

杏仁霜は価格が高いためなかなか給食では使えないため、今日は牛乳に寒天を入れて固めて作りました。

《今日の献立》

五目チャーハン

中華スープ

杏仁豆腐

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 豚小間肉 むきえび たまご 鶏肉 寒天 生クリーム	米 油 砂糖	にんにく　玉葱 にんじん　ピーマン たけのこ水煮 干し椎茸　長ねぎ しょうが　りんご 桃　洋なし みかん缶

みんな中華料理に
むちゅうかな（夢中かな）
いっぱい食べちゃいな