

五中三二給食通信

令和 5年 12月 13日 NO.133

今日の給食は「ごぼうのピリ辛ごはん」です。ピリ辛になるようにとある調味料を入れています。何を入れているかわかりますか。トウバンジャンが入っています。トウバンジャンはそら豆や唐辛子から作られる調味料です。マーボー豆腐といった中華料理に入れたりしますが、今日の給食ではごはんに混ぜて入れてみました。ぜひ、味わって食べてください♪



今日の汁物は
豆乳をとうにゅう（投入）
してみました♪



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

ごぼうのピリ辛ごはん
豆乳仕立ての野菜汁
ごまだれ団子
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 鶏ひき肉 大豆 たまご 豚小間肉 豆乳 みそ さば節 豆腐	米 三温糖 油 白いりごま 砂糖 白玉粉 黒すりごま でんぷん	にんにく しょうが にんじん ごぼう キャベツ かぶ