



五中三二給食通信



令和 6年 1月 18日 NO.147

今日の給食は「ジャーチャン豆腐」です。今回は「ジャーチャン豆腐」についてです。

ジャーチャン豆腐は中国の四川省^{しせんしょう}の家庭料理です。漢字では「家^{いえ}と日常^{じょう}の常」と書いて家常（ジャーチャン）と読みます。漢字で表す通り、家で常に食べられる豆腐料理という意味があります。この料理の特徴は豆腐を油で揚げるところから作ります。給食では生揚げを使い肉や野菜と一緒に炒めて作りました。ぜひ味わって食べてください♪

ジャーチャン豆腐は
日本語では家常豆腐^{かじょうどうふ}といいます

かじょう（過剰）に食べたくなるね
じゃー、ちゃんと食べないとね



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

わかめじゃこごはん

ジャーチャン豆腐

もやしのナムル

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 ちりめんじゃこ わかめ 生揚げ 豚小間肉 みそ	米 白いりごま 油 三温糖 ごま油 でんぷん 白すりごま 砂糖	たけのこ水煮 にんじん チンゲン菜 キャベツ 干し椎茸 しょうが にんにく もやし きゅうり ホールコーン