



五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 6年 2月 8日 NO.162

今日の給食は「中華炊き込みおこわ」です。今回は「おこわ」についてです。

おこわとはもち米を蒸したり、炊いたりしたごはんのことです。おこわの語源は「強飯（こわめしまたはこわいい）」と言われています。これは江戸時代に食べられていたおかゆに比べもち米料理が硬かったため名付けられました。

今日の給食のおこわは食べやすいように中華風にして作りました。

《今日の献立》

- 中華炊き込みおこわ
- ひじき五目ナムル
- 中華たまごスープ
- 牛乳



中華炊き込みおこわ
おいしすぎて
お〜こわいね(;v:)



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 鶏肉 干ひじき たまご 豆腐	米 もち米 ごま油 白すりごま 砂糖 油 でんぷん	にんじん 干し椎茸 たけのこ水煮 もやし 小松菜 きゅうり ホールコーン クリームコーン 長ねぎ しょうが