

五中三二給食通信

令和 6年 10月 4日 N0.88



参考に盛り付けてね♪

今日の給食は「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。四川料理は酸味・辛味・しびれ・苦味・甘味・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「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。

《今日の献立》

麦ごはん

四川豆腐

ひじき五目ナムル

牛乳



赤の食べもの

血や肉になるもの

牛乳
生揚げ
豚ロース
干ひじき

黄色の食べもの

熱や力のもと

米 押麦
砂糖 油
でんぷん
ごま油
白すりごま

緑の食べもの

体の調子を整えるもの

にんじん 干し椎茸
たけのこ水煮
玉葱 長ねぎ にら
白菜キムチ もやし
しょうが にんにく
小松菜 きゅうり
ホールコーン

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
辛い料理って辛いから、い〜じゃん
おいしいじゃん
じゃんじゃん食べたくなるじゃん

