

五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 7年 3月 12日 NO.185

今日の給食は「五目チャーハン」です。今回は「チャーハン」についてです。

チャーハンは漢字で「^{いた}炒^{めし}める飯」で「^{チャーハン}炒飯」と表します。
炊いたご飯に味をつけながら炒める、中国発祥の料理です。
焼き飯と呼ばれることもあります。チャーハンとの違いは
たまごを入れるタイミングです。チャーハンはたまごとは
んを先に炒めてからほかの具材を炒めるのに対し、焼き飯は
ごはんを炒めてからたまごやほかの具材を加えて作ります。
給食では大量調理のためえびやたまごの具材を炒めてから
ごはんにかけて作ります♪



五目チャーハン、
あちゃ〜、はんぶんじゃ
足りないね
今日もりもりで食べたいね

《今日の献立》

五目チャーハン

野菜チップス

担々春雨スープ

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 豚ひき肉 豆腐 みそ	米 油 砂糖 じゃがいも 春雨 ごま油 白練りごま	にんにく 玉葱 にんじん ピーマン かぼちゃ れんこん しょうが もやし チンゲン菜 ほんしめじ 長ねぎ