

きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん
令和5年

9月25日(月)

きょうのもりつけ



ほいこうろうどん
回鍋肉丼

ちゅうか
中華スープ



きゅうにゅう
牛乳

ちゅうしょく
メモ

きょう ほいこうろう はなし ほいこうろう ちゅうごく しせんりょうり
今日は“回鍋肉”のお話です。回鍋肉は、中国の四川料理
の1つでキャベツをたくさん使ったごはんによく合うお
かずです。四川という地域は暑さと寒さの差が大きいところ
で、ラー油やトウバンジャンというピリッと辛い調味料を
よく使います。今日の回鍋肉は四川料理の中では甘めな
味付けの料理です。“回鍋”とは、肉を一度ゆでたものを
再度、鍋にもどして炒めるところからついた名前です。今日
はごはんにのせて“回鍋肉丼”にしました。しっかり食べ
ましょう！

きょう じばのうさんぶつ なかのうえん こまつな たかだのうえん なま
今日の地場農産物 中野農園より小松菜、高田農園より生きくらげです。