

今日の給食

10月16日 火曜日

高菜チャーハン
中華すいとん

ナムル
牛乳

高菜は、繊維が強いので生では食べられません。漬物にするほか、煮びたしなどにもされます。特に熊本県や福岡県で栽培され、漬けられています。九州名物豚骨ラーメンでも高菜漬けを唐辛子と油炒めたしたものをトッピングして食べます。

高菜チャーハンは、固めのバターライスを炊き、高菜漬けをごま油で炒め、さらに卵などの具とあわせパラパラに炒めています。



高菜チャーハン

中華すいとん

石鹸でしっかり手を洗いましたか？
エプロン・三角巾・マスクをきちんと身につけていますか？
みんなの給食です!! スムーズな配膳ができるように、

二学期も残さず食べよう!!

◎今月の給食目標◎

「協力して素早く準備にとりかかろう」