

今日の給食

10月1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。味わって食べて下さい。



二学期も残さず食べよう！！

◎今月の給食目標◎
「後片付けをきちんとしよう」