



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和5年9月1日

きょう きゅうしょく むぎ はん きゅうにゅう し せんとうふ やさい
今日の給食は、麦ご飯、牛乳、四川豆腐、ツナと野菜
ちゅうか
の中華サラダです。

し せんとうふ ちゅうごく し せん ち ほう りょうり
四川豆腐は中国の四川地方の料理のひとつです。ひき
にく とんばんじゃん ちょうみりょう いた い
肉と豆板醤などの調味料を炒め、とりがらスープを入れ
とうふ に りょうり し せんち ほう りょうり からみ つよ
て豆腐を煮た料理です。四川地方の料理は、辛味が強い
とくちょう きゅうしょく から おさ た
ことが特徴ですが、給食では辛さを抑えて食べやすく
つく
作っています。

やさい ちゅうか
ツナと野菜の中華サラダには、もやし、だいこん、キ
いがい
ャベツとツナ以外に、ひじきも入れ、栄養たっぴりのサ
えいよう
ラダに仕上げました。

きょう た じょうぶ からだ つく
今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。

し せんとうふ ちゅうり ようす
四川豆腐 調理の様子



とりがらと野菜でスープを取ります



やさい
野菜をみじん切りにします

とうふ 64 kgを切ります！



とうふ
豆腐がくずれないように混ぜます



牛乳を数えています

