

10月3日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・しらたき麺のスープ
- ・回鍋肉



体をつくるもの		エネルギーになるもの		体の調子を整えるもの	
牛乳	(大分県産)	ごはん	(大分県産)	人参	(北海道産)
豚肉	(九州産)	ごま油		玉ねぎ	(北海道産)
		サラダ油		しらたき	
		砂糖		きくらげ	
				小ねぎ	(宇佐市産)
				きゃべつ	(群馬県産)
				生姜	(長崎県産)
				にんにく	



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだより

【回鍋肉】

ホイコーローは、中国の四川料理の一つでキャベツと豚肉を炒め甘辛いみそで味付けしたものです。日本風に甘辛く味付けをアレンジしています。

