

## 11月11日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・麻婆豆腐
- ・華風和え



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 (宇佐市産)	しょうが
豚肉 (九州産)	ごま油	玉ねぎ (北海道産)
木綿豆腐	サラダ油	人参 (北海道産)
大豆ミート	片栗粉	干し椎茸 (由布市産)
みそ	砂糖	にら (大分県産)
	ごま	もやし (竹田市産)
		きゅうり (福岡県産・熊本県産)



今月もおいしい給食をお届けします！

ぱくぱくだより

【麻婆豆腐】

麻婆豆腐（まーぼーどうふ）は、お豆腐とひき肉をつかった中国で生まれた料理です。豆腐には骨（ほね）や体をつくるたんぱく質が豊富（ほうふ）にふくまれています。本場（ほんば）の麻婆豆腐は唐辛子（とうがらし）がたくさん入っていますが、今日は給食用に辛（から）さを控（ひか）えめにしています。

