

11月22日(金)

- ・ごはん
- ・八宝菜
- ・中華サラダ
- ・牛乳



八宝菜は中国料理のひとつです。ぶた肉などの肉類といかなどの魚介類、しいたけなどのキノコ類、たけのこ、にんじん、はくさいなどの野菜類などのたくさんの具材を油で炒め合わせ、塩やしょうゆで味付けし、片栗粉でとろみをつけたものです。八宝菜の「八」は「8種類の」という意味ではなく「たくさんの」「数多くの」という意味があります。給食では、ぶた肉、いか、にんじん、もやし、たまねぎ、はくさい、しいたけ、しょうが、にんにくをごま油で炒めています。