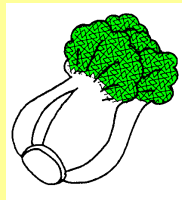


1月21日(火)

- ・ごはん
- ・八宝菜
- ・中華サラダ
- ・牛乳



精華町でとれたハクサイを使っています。八宝菜に入っています。八宝菜は中国料理の広東料理です。五目うま煮ともいいます。豚肉などの肉類、エビやイカなどの魚介類、シイタケなどのキノコ類、タケノコ、ニンジン、ハクサイ、ピーマンなどの野菜類などたくさんの具材を油で炒め、塩やしょうゆで調味した後片栗粉でとろみをつけます。八宝菜の「八」は「八種類の」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。