

6月16日（月）

- ご飯
- 八宝菜
- 中華サラダ
- 牛乳



八宝菜は中国料理の一つです。もとは広東料理です。豚肉などの肉類、エビやイカなどの魚介類、シイタケやキクラゲなどのキノコ類、タケノコ、ニンジン、ピーマン、白菜、チンゲンサイなどの野菜類、ぎんなんやウズラの卵をゆでたものなどのたくさんの具材を油で炒め合わせ、塩味かしょう油味で調味した後、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。