

1月16日(木)

す ぶた
酢豚

「酢豚」とは、中国料理のひとつで、揚げた豚肉を甘酢あんでからめた料理のことを言います。

今日の給食の酢豚には、たまねぎ、たけのこ、にんじん、ピーマンが入っています。



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
すぶた
ちゅうかスープ
やきのり

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、でんぶん、あぶら、さとう
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、ぶたにく、けいにく、やきのり
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) しょうが、たまねぎ、たけのこ、にんじん、ピーマン、はくさい、もやし、コーン、にら、しいたけ

一口メモ

○今日の主菜は「すぶた」です。すぶたは、からあげにしたぶた肉をあま酢あんでからめた料理です。

中国では、古老肉(クーラオロウ)や糖醋肉(タンツウロウ)などとよばれています。

給食では、しょうが、しょうゆで下味をつけたぶた肉をからあげにして、にんじん、たまねぎ、たけのこ、ピーマンをいためてしまうゆ、ケチャップなどで味つけしたところに、からあげにしたぶた肉を加えて煮ました。



○中国は、大きな国なので、それぞれの地方で作られてきた料理があります。

北京料理、上海料理、広東料理、四川料理が有名です。中国四大料理といわれています。

今日のすぶたは、広東料理になります。

北京料理で有名なのが「北京ダック」です。



上海料理は、「小籠包」があります。四川料理は、「タンタンメン」や「マーボー豆腐」などがあります。

はくさい	愛知県	にんじん	長崎県	しょうが	高知県
たまねぎ	北海道	ピーマン	鹿児島県	にら	高知県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②

クイズ⑥ 酢豚は次の中国料理のどの料理でしょう。

- ①北京料理 ②広東料理 ③四川料理 ④上海料理

今週は、「生活振り返り週間」です。