

9月17日(木)

**ホイコウロー**

ちゅうごくりょうり 中国料理では材料を煮たものを鍋に  
もどし、いためて仕上げることを、「回す鍋」と書いて  
回鍋(ホイコウ)といいます。また、豚肉のことを肉(ロー)と  
いうので、回鍋肉(ホイコウロー)という名前がつきました。  
今日の給食では、豚肉をゆでてから、他の材料と一緒にい  
ためて味つけしています。

きょうのこんだて

ごはん  
ぎゅうにゅう  
ホイコウロー  
ちゅうかスープ  
えだまめ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、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
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる キャベツ、ピーマン しろねぎ、しょうが、にんにく たまねぎ、にんじん にら、しいたけ、えだまめ

クイズ13 つぎのうち、中国料理はどれでしょうか。  
① チンジャオロウスー ② トムヤムクン ③ ボルシチ

一口メモ

○きのう1年生がなかよし畑に5月に植えたポップ

コーンとピーマンの様子を見に行きました。

タネから植えたポップコーンが  
自分たちの背より高くなって  
いるところやピーマンが赤くなって  
いるところを見ました。



その後、教室で生活科カードに

「ちいさなたねが、あんなに大きくなるなんてびっくりした」「ピーマンのいろがかわるのを  
はじめてしりました」と書いていたそうです。

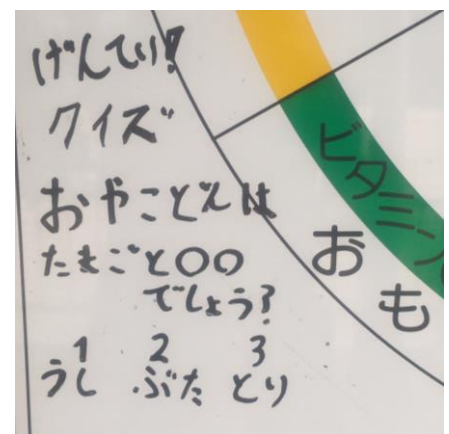
○今週火曜日の健康委員会の担当の子がクイズを出題

していました。見逃した人もチャレンジしてみてください。

「おやこどんは、たまごと〇〇でしょう？1うし2ぶた3とり  
です。

【おまけクイズ】今日のホイコウローに使っている  
調味料は、どれでしょうか。

① トウバンジャン ② テンメンジャン ③ コチジャン



ピーマン	青森県	たまねぎ	北海道	白ねぎ	長野県
にんじん	北海道	キャベツ	長野県	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：① おまけクイズの答え：②