

6月21日(火)

チンジャオニューロウスー

チンジャオニューロウスーは、ピーマンと牛肉を細く切って炒めた中国の料理です。

中国語で「青椒」はピーマン、「牛肉」は牛肉、「絲」は細切りという意味です。



チンジャオニューロウスー
青椒 牛肉絲

クイズ15 今日のチンジャオニューロウスーに使われている調味料はどれでしょうか。
① ウスターーソース ② トンカツソース ③ オイスターーソース

一口メモ

○きのうの児童朝会で校長先生は「気温が高くなると熱中症になりやすいです。外で十分な距離がとれていれば、マスクを外してすごしましょう。」と話されました。「今週から始まるプール学習でもみんなは、マスクを外して学習しますが、先生方は、話をするので、マスクはつけています。」とも話されました。

○今日の主菜は「チンジャオニューロウスー」です。

チンジャオニューロウスーは、中国料理です。
漢字で書くと「青椒牛肉絲」と書きます。「青椒」がピーマンという意味です。「牛肉」が牛肉という意味で、



「絲」は、細く切るという意味です。本場の中国では、「青椒肉絲」といい、中国で肉といえば、ぶた肉のことをさします。給食では、牛肉を使って作っているので、ニューロウと名前をつけました。給食では、細く切ったピーマン、たけのこと牛肉をいためて、さとう、しょうゆ、オイスターーソースで味つけして、最後にとろみをつけました。オイスターーソースは、中国の調味料で、貝のカキから作られています。

ピーマン	宮崎県	たまねぎ	愛媛県	にんにく	青森県
にんじん	和歌山県	きゅうり	高知県	マッシュルーム(水煮)	千葉県

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
チンジャオニユーロウスー^{チム}
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、でんぶん
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぎゅうにく、ハム えだまめ
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる ピーマン、たけのこと しょうが、たまねぎ チシングンサイ、にんじん しいたけ、えだまめ

【屋外】

