

9月9日(金)

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
アーモンドフィッシュ

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、わかめ アーモンドフィッシュ
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 にんじん、ピーマン キャベツ、たけのこ、にら

すぶた つく かた
酢豚の作り方

- ① 豚肉に下味をつけ、でんぶんをまぶして油であげる。
- ② 野菜をいため、砂糖、塩、米酢、こいくちしょうゆ、ケチャップで味つけをする。
- ③ 味つけをした野菜に、①の豚肉を加えて煮る。



クイズ7 酢豚は次のどこの料理でしょう。

- ① ベトナム ② 中国 ③ 韓国・朝鮮

一口メモ

今週は、「生活ふり返し週間」です。

○きのうの給食は月見の行事こんだてでした。

月見は、十五夜に月をみる行事です。いもやだんご、すすきを

かざって月見をします。今年の十五夜は、明日9月10日です。

明日の天気予報はくもりで、残念ながら満月は、見えないかも

しれませんね。

○今日の主菜は「すぶた」です。すぶたは、下味をつけたぶた肉を油であげて、あま



ずっぱいとろみのついたあんをからめて作る料理です。

中国料理ですが、中国では「すぶた」という名前の料理は

ありません。中国では、古老肉とよばれています。

中国料理は、4000年ほどの歴史がある料理です。

中国の地域によって気候や風土が、違うために、それ

ぞれの地域で発達してきた料理があります。北の地域は「北京料理」、東の地域は

「上海料理」、南の地域が「広東料理」、西の地域が「四川料理」です。

この「北京料理」「上海料理」「広東料理」「四川料理」を中国四大料理とよびます。

今日のすぶたは、広東料理です。給食では、すぶたのほかにもいろいろな中国料理が

です。また、中国四大料理のどれに入るかなど調べてみましょう。

キャベツ	群馬県	たまねぎ	北海道	しょうが	高知県
にんじん	北海道	ピーマン	青森県	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