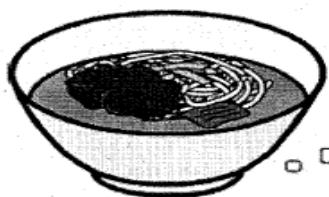


10月13日(木)

タンタンめん

タンタンめんは、中国の四川料理を代表する
めん料理の一つです。



給食のタンタンめんは、チンゲンサイなどの野菜やめんが入った汁めんの上に、味つけした肉みそをのせて食べます。

クイズ8 中華めんのもとになる食品は何でしょうか。
① 米粉 ② でんぶん ③ 小麦粉

きょうのこんだて

こくとうパン
ぎゅうにゅう
タンタンめん
きゅうりのあまづづけ
ミニフィッシュ

	おもにエネルギーのもとになる
き	こくとうパン ごまあぶら、さとう ちゅうかめん、すりごま ラー油
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぎゅうひきにく、ぶたひきにく あかみそ、ミニフィッシュ
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる しろねぎ、しょうが、にんにく チンゲンサイ、もやし にんじん、きゅうり

一口メモ

○今日の給食は「タンタンめん」です。タンタンめんは、中国の四川料理を代表するめん料理です。

タンタンめんのタンタンは、中国語で「担担」と書きます。



「担担」は、担ぐという意味があります。

四川省では、天びん棒のことを担担と

呼んでいました。天びん棒(担担)でかついで売られているめん料理なので、タンタンめんと名前がつきました。天びん棒で売っていたタンタンめんは、汁がないタンタンめんだったそうです。



○給食のタンタンめんは、チンゲンサイやもやし、にんじんなどの野菜が入った汁めんの上に味つけした肉みそをもりつけて食べます。

汁めんの上にもりつける肉みそは、ごま油でにんにく、しょうが、白ねぎを香りよくいため、ひき肉をいためます。味つけは、さとう、しょうゆ、赤みそ、テンメンジャンでつけました。

中国の調味料のテンメンジャンを使っています。テンメンジャンはコクとあまみがある中国のみそです。



きゅうり	宮崎県	チンゲンサイ	長野県	にんにく	青森県
にんじん	北海道	しょうが	高知県	白ねぎ	長野県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③