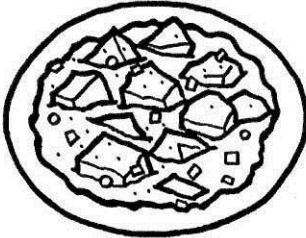


4月分の給食【4/9(水)~4/30(水)】

# 4月15日(水)

## マー婆 とうふ



マー婆ーどうふは、中国の有名なとうふ料理です。「マー婆ー」  
は中国語で、「麻婆（マー婆ー）」と書きます。

「麻（マー）」はさんしょうのしびれるような辛さを、「婆（ボー）」は「おばあさん」を表します。

むかし、中国のおばあさんが作ってくれた  
料理と言われています。



### きょうのこんだて

マーボーどうふ

チンゲンサイとコーンのちゅうかあえ

みかん（かんづめ）

ごはん

ぎゅうにゅう

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・とうふ・ あかみそ
----	---

き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・サラダあぶら・ でんぶん・さとう・ごまあぶら
---	--

みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・にんじん・にら・ しょうが・にんにく・ チンゲンサイ・コーン・ みかん（かんづめ）
-----	--

クイズ 5 今日の「マー婆ーどうふ」も、少しピリッとするかもしれません。さてその調味料はなんでしょう

①からし

②トウバンジャン

③タバスコ

### 一口メモ

○上福島小学校では、1年生になったら、入学のお祝いとして、PTAから「給食のお盆」をいただきます。それを6年間使って卒業します。これは上福島の伝統です。およそ 1100 日間使うことになります。

○昨年から、お盆の下にナフキンを敷いて使っています。それは、毎日、給食調理員さんがきれいにお盆を洗ってくださっているからです。

○お盆の上に食べこぼしがように、じょうずに食べましょう。



### 産地調べ

たまねぎ	熊本県	にら	高知県	にんにく	青森県
にんじん	青森県	しょうが	高知県	チンゲンサイ	静岡県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：②