

# 6月8日 (金)

ちゅうごくりょうり

## 中国料理



世界三大料理の一つと言われ、おいしいことで有名です。中国は国土が広いので、食事も地域によりちがいがあります。加熱した料理が多く、あたたかいものが好まれます。

給食では「マーボー豆腐」「チンジャオニューロウスー」「ホイコウロー」などが登場します。

きょうのこんだて

チンジャオニューロウスー  
ハムとやさいのちゅうかスープ  
きゅうりのからみづけ  
ごはん  
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) サラダあぶら、さとう でんぶん、ラー油 ごはん
あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにく、ハム ぎゅうにゅう
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 しょうが、たまねぎ、もやし にんじん、にら、しいたけ きゅうり

クイズ6 チンジャオニューロウスーは、どここの国料理でしょうか。  
① インド ② 韓国・朝鮮 ③ 中国

### 一口メモ

○今日の主菜は「チンジャオニューロウスー」です。  
中国料理です。中国料理は、世界三大料理のひとつです。残りの2つは、トルコ料理とフランス料理です。

○チンジャオニューロウスーは、漢字で書くと「青椒牛肉絲」です。青椒（チンジャオ）は、ピーマンで、牛肉（ニューロウ）は、牛肉です。絲（す）は、細切りという意味です。  
給食では、しょうがを香りよくいためて、牛肉と細切りにしたピーマン、たけのこをいためて、しょうゆ、オイスターソース等で味つけしました。

○中国料理は「東辣西酸北咸南甜」ということわざがあります。

東がすっぱく、西はからく、南はあまく、北はしおからいという意味です。中国の主食は、南が米で北部が小麦です。

### トルコ料理 ケバブ



### フランス料理



中国料理  
チンジャオニューロウスー



ピーマン	宮崎県	にんじん	徳島県	にら	高知県
たまねぎ	佐賀県	きゅうり	宮崎県	しょうが	高知県

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③