



ぎゅうにゅう  
牛乳

皿なし

マーラーカオ

飯椀

ちゅうかふう  
中華風やさいスープ

深皿

マーボー豆腐丼  
どうふどん

**マーラーカオ**とは中国発祥の蒸しパンです。マーラーカオという名前は中国語で、「**マーラー**」はマレーシアを、「**カオ**」はケーキやカステラのことを指しています。つまり、「マレーシアのケーキ」という意味で、マレーシアから中国に伝わったお菓子とされています。日本でも、江戸時代に伝わって以来、あっという間に広まり、**今ではコンビニやスーパーでも定番の商品**となりました。



## 給食室の様子

マーラーカオの三温糖は、ザルでこして、なめらかにしておきます。

たけのこは国産を使用しています。

マーボーは、押し豆腐を使い、下ゆでをしておきます。

