

食育ニュース

1月17日(金)

ドレッシングを
まぜましょう。

副菜皿

ぎゅうにゅう
牛乳

い ちゅうか
ポテト入り中華サラダ

深皿

どん
チンジャオロース丼

たんたんふう
担々風スープ

飯椀

「**チンジャオ**」は、**ピーマン・しし唐**などの**緑色の野菜**を指し、「**スー**」は**細切り**のことを指します。つまり、**チンジャオロースー**とは、**ピーマン**などを加えた**細切り食材の炒めもの**です。



発祥の中国では、豚肉を使うのが主流で、**福建省**という地域の料理が起源とされています。中国だけでなく、北米、ヨーロッパ、日本などに伝えられ、**世界中でポピュラーな中華料理**になっているようです。

給食室の様子



具材を細切りにしています。



食材の大きさや形を揃えることは、給食作りでも、とても重要なことです。