



ぎゅうにゅう
牛乳

副菜皿

とうにゅうい あんにんどうふ
豆乳入り杏仁豆腐

飯碗

深皿

ソース焼きそば

にらたまスープ

昔は薬膳料理だった「杏仁豆腐」♪



今ではすっかりスイーツとして定着した杏仁豆腐あんにんどうふですが、本来は薬膳料理やくぜんりょうりの一種でした。杏仁あんにんとは、杏あんずの種のことです。本物の杏仁豆腐は、この杏の種を粉末状にして作ります。

漢方かんぽうの世界で、杏の種は咳止めせきどや喘息ぜんそくに効く薬として使われ、苦いあんずの種を少しでも食べやすくするために、甘味あまみとなめらかさを足した結果、杏仁豆腐という今の形にたどり着いたそうです。

給食室の様子



焼きそばは、もうすぐ卒業を控えた3年生からの熱烈なリクエストでした☆ 回数を6回に分け、何度も何度も炒めて作りました。

