

令和4年 10月 26日(水)



# 今日の南中給食



## メニュー

- ・チャンポン
- ・ひじきのナムル
- ・肉蒸しパン
- ・牛乳



## 今日の栄養メモ

今日の給食は、ちゃんぽんです。ちゃんぽんは、長崎県の郷土料理<sup>きょうど</sup>で具たくさんめん料理です。豚肉<sup>とんこつ</sup>やいか、キャベツやもやしなどの食材を使い、油でいためてから豚骨<sup>とんこつ</sup>でとったスープを加えて作ります。ちゃんぽんという名前が、たがいちがいに入れるということからついたようです。中華麺<sup>ちゅうかめん</sup>と一緒に野菜もたくさん食べましょう！肉蒸しパンは、給食室で1つ1つ手作りしました。食べ<sup>こた</sup>応えのある仕上がりになっていますので、ぜひ食べてくださいね。