令和５年　６　月　２７　日（　火　）

今日の南中給食

<u>メニュー</u>

- 塩ちゃんこうどん
  （トング　大お玉）
- ツナサラダ
  （ぎざお玉）
- 黒砂糖蒸しパン
  （手袋）
- 牛乳

今日の栄養メモ

今日は温かいうどんですが、暑い時ほど、温かいものを食べると、発汗作用で、体の熱を放出してくれます。

塩ちゃんこうどんの「ちゃんこ」は、相撲部屋の「ちゃんこ番」と呼ばれる料理当番がつくった料理全般をさしています。語源は親方を意味する「ちゃん」と弟子を意味する「こ」で「ちゃんこ」となったという説のほか、色々説があり、はっきりしません。塩ちゃんこうどんはちゃんこ料理のように野菜や肉など具だくさんで、栄養たっぷりです。