

令和6年 10月 30日 ( 水 )



# 今日の南中給食



## メニュー

- 中華丼 (しゃもじ&お玉)
- チーズポテト (お玉)
- 中華ツナサラダ (ぎざお玉)
- 牛乳



## 今日の栄養メモ

中華丼は、昭和初期に、日本の中華料理屋さんで生まれたメニューだと言われています。八宝菜をご飯にかけたメニューですが、まかないメニューが最初だったとか、客のリクエストから始まったとか、諸説あります。今では一般的になり、大衆的な中華料理さんの定番になっていますが、店によっても、具材や味付けがことなります。

野菜や肉、魚介など、具材のバリエーションが自由自在で、栄養価も高いため、家庭でも良く作られるようになりました。

給食の中華丼はオイスターソースが味の決め手です。栄養たっぷり  
の中華丼、しっかり食べてくださいね。