

# 今日の給食

令和元年10月7日(月)



- ★ 中華丼
- ★ 牛乳
- ★ 手作りしゅうまい
- ★ 華風和え



野菜は食べやすい大きさに切ります。火の通りに差が出ないように、出来るだけ大きさをそろえています。



大量のキャベツをこぼさずに混ぜる、技術が必要です。



野菜に火が通るとこんなにかさが減ります。

## 今日のひとこと

「中華丼」はえび、いか等の魚介類と、玉ねぎ、キャベツ、にんじん等の野菜のうま味がたっぷりに入ったどんぶりです。かたくり粉でとろみをつけているので、具だけでなく、つゆまで美味しさを味わうことができます。