

献立ひとくちメモ

6月10日(月)



八宝菜のお話です。

八宝菜とは、中国料理（主に、上海・広東・北京・四川料理の4種類）である広東（かんとん）料理の一つです。「五目うま煮」ともいいます。八宝菜の「八」は8種類という意味ではなく、「多くの、たくさんの」という意味です。八宝菜をご飯の上にかけて日本発祥の料理は「中華丼」と呼ばれています。

給食の八宝菜は、豚肉、いか、えび、うずら卵、にんじん、玉ねぎ、たけのこ、しいたけ、きくらげ、白菜、小松菜など、たくさんの食材が使われています。ご飯の上にかけて中華丼にしてもOK♪

※うずら卵は、よくかんでから食べましょう。