

# 9月22日(金)の給食

788kcal

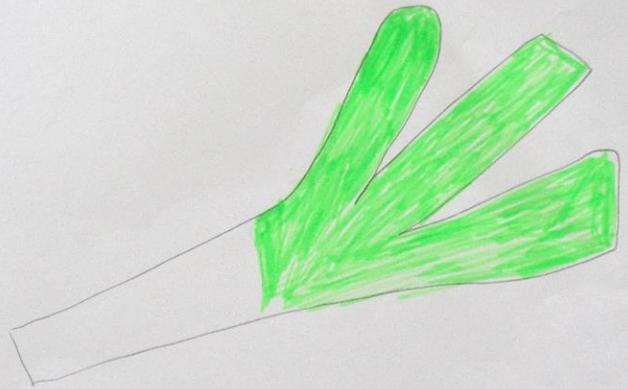


## 献立

献立	材料
ごはん	米
回鍋肉	豚バラスライス キャベツ ピーマン 長ねぎ 油 濃口しょうゆ 砂糖 酒 甜麺醬 豆板醬
中華炒め	青梗菜 たけのこ しめじ ごま油 鶏ガラスープの素 濃口醬油・酒 オイスターソース 砂糖 にんにく
なすと白菜のおかか和え	なす 白菜 かつおぶし 和風顆粒だし 薄口しょうゆ 砂糖
春雨スープ	ロースハム ニラ 春雨 鶏ガラスープ 薄口しょうゆ 塩
ぶどうかん	ぶどうジュース 寒天 砂糖 水



長ねぎ



ネギは原産地を中国西部・中央アジアとする植物である

ネギの白い部分はビタミンC、青い部分にはカロテン、カルシウム、ビタミンKなどが含まれている。

ネギは冬の低温に感応して花芽が動き、春にこうむして花序がつき開花する

