

11月6日(月)の給食

721 kcal



献立

献立	材料
ごはん	米
鶏チリ	鶏もも肉 片栗粉 しょうが・にんにく 鶏ガラスープ ケチャップ 濃口しょうゆ 酒 砂糖 豆板醤
春雨サラダ	春雨 きゅうり にんじん 中華ドレッシング
ごま和え	小松菜 白菜 和風顆粒だし 薄口しょうゆ みりん風調味料 砂糖 すりごま
中華スープ	きくらげ もやし ニラ 鶏ガラスープ 薄口しょうゆ 塩
カフェオレゼリー	カフェオレ アガー 砂糖 水



しょうが

しょうがの香味と香り成分は、防腐剤・強中剤などの効果があり、熱を冷まし、**食欲を促し、消化を高め、咳、車酔い、つらまの痛みにも効くと**考えられており、漢方では、しょうがを健胃、嘔吐、咳、などの症状に用いているそうです。