

6月11日(金)の給食



912 kcal

献立



献立	材料
ごはん	米
ピリ辛肉野菜	豚バラ肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん ごま油 酒 砂糖 濃口しょうゆ 甜麺醬 豆板醬
青梗菜と かまぼこの ナムル	青梗菜 かにかま ごま油 にんにく 薄口醬油 鶏ガラスープの素 ごま
酢もやし	もやし きゅうり 酢 砂糖 塩
味噌汁	さつまいも こんにゃく 青ねぎ 和風だし 味噌
フルーツ	黄桃 パイナップル



トウバンジャン
豆板醬

豆板醬とは



そ5豆にトウガラシや食塩を加え発酵させた中国代表の辛味噌。

栄養成分

・ナトリウム・カリウム

・ビタミンA・E

健康美容効果

食欲増進・体を温める