

7月3日(木)給食通信

3-6年生



- ・冷やし中華そば
- ・大豆とじゃがいもの甘辛揚げ
- ・河内晩柑
- ・牛乳

気温も湿度も高くなり、夏本番をむかえていますね。暑くて食欲がなくなりがちなときは、ツルツルと食べられる麺類がおいしいですね。今日は冷やし中華を作りました。中華めんをもちもちに蒸した後、ぬめりをとるために水で洗ってしめています。とり肉は長ねぎ、しょうが、にんにくなどの香味野菜と一緒にやわらかく煮ています。たまごは、炒り卵にしました。とり肉と炒り卵、野菜をめんにとッピングして、冷たいおつゆをかけて味わって食べてください。