

給食紹介

令和 5年 9月 27日(水)

長崎ちゃんぽん(ラーメン) 牛乳
茎わかめのサラダ カステラ



長崎県郷土料理

今日は『長崎ちゃんぽん』です。長崎県を代表する料理です。

“ちゃんぽんスープ”に“ラーメン”をいれて、麺をからめながら食べてください。長崎県と言えば、“ちゃんぽん”と並んで“カステラ”も有名です。そこで、“カステラ”もつけました。カステラの底には、紙がついています。はがして食べてください。『カステラ』の材料は何でしょうか？主に卵・牛乳・小麦粉・砂糖などから作られます。カステラは、栄養価の高い食べ物です。

スポーツする人にとって、補食としておすすめの食品です。

栄養バランス良くエネルギー補給もでき、しかも美味しい。今日の駅伝大会に向けて頑張ったみなさんへご褒美です。味わってください。