



今日の給食



10月15日(木)



今日のこんだて

- 豚肉のしょうが焼き
- 茎わかめのきんぴら
- みそ汁
- 麦ごはん
- 牛乳

しょうが焼きの歴史



- しょうが焼きは、今から約100年前、東京の銀座にある「三笠会館」というレストランで生まれたといわれています。当時、洋食の Cock さんが、外国人のお客さんに日本のお肉料理を出そうと考え、しょうゆと生姜で味つけをしたのがはじまりだそうです。今では、日本中の家庭やレストランで食べられる人気の料理になりました。
- 肉の臭みを消すしょうがのはたらき
しょうがには、肉の臭みを消すはたらきがあります。また、しょうゆや酒といっしょに使うことで、肉がやわらかくなり、おいしく食べることができます。
- しょうがの栄養
しょうがには、体をあたためるはたらきがあり、食欲を出したり、胃の調子を整えたりする効果があります。

お肉が柔らかくて
美味しいね。しょうがの香りで
ごはんがすすみます！

