

# 10月17日(火)

- ・牛乳
- ・シタスチャーハン
- ・ツナ入り海藻サラダ
- ・ワンタンスープ

<ひとくちメモ>

今日は、「チャーハン」と「ピラフ」の違いについてのお話です。チャーハンはお炊いたお米とお肉や野菜などの具材を炒めて作る料理です。それに対して、ピラフは、生のお米をバターと一緒に炒めてからスープを入れて炊き上げる料理です。給食では、ご飯を炒めず、白ご飯と炒めた具材を混ぜて作っているのがチャーハン風の混ぜご飯になっています🍚

