

はるさめ ちゅうかりょうり つか しょくざい
春雨は中華料理にもよく使われる食材で、

げんざいりょう りょくとう いも でき
原材料は、緑豆や芋からとれるでんぷんで出来てい

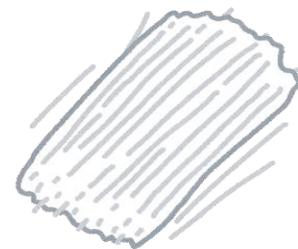
しょくもつせんい ほうふ めん
ます。食物繊維が豊富で、麺のようなつるっとした

しょっかん あものしるものぐ
食感があるので、和え物や汁物の具にしてもおいしく

た きゅうしょく はるさめ はい ちゅうか
食べられます。給食では春雨がたくさん入った中華

つく しょっかん たの
サラダを作りました。食感も楽しんで

た
食べてみてください。





みそラーメン、^{はるさめ}春雨サラダ、^{くだもの}果物 (みかん)