

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

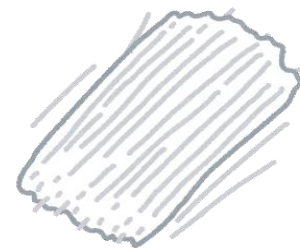
しょくもつせんい ほうふ めん  
ます。食物繊維が豊富で、麺のようなつるっとした

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、<sup>はるさめ</sup>春雨サラダ、<sup>くだもの</sup>果物 (みかん)