



今日の^{きょう}麺^{めん}とぎょうざの^{ちゅうごくふう}中国風の^く組み合わせは、2-
 6のリクエストです。「^{かんとう}広東」は^{ちゅうごく}中国の^{ちめい}地名です
 が、実は^{じつ}広東^{かんとうめん}麺はラーメンのスープにとろみをつ
 けてアレンジしてできた、^{にほんう}日本生まれの^{りょうり}料理だそ
 うです。

^{りょうり}料理の^{うし}後ろのマークは、その料理が^{りょうり}体^{からだ}の中^{なか}で^{おも}主に
 どの^{はたら}働き^{あらわ}をするかを表しています。

- エネルギーになる…★
- ^{きんにく}筋肉^{ほね}や骨をつくるもとになる…○
- ^{からだ}体の^{ちょうし}調子^{ととの}を整える…*



- なし(^{ほうすい}豊水)* ^{ぎゅうにゅう}牛乳○
- ^{かんとうめん}広東麺★○*
- ジャンボぎょうざ○★*