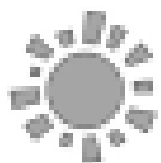
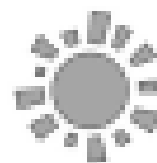


令和4年 11月 30日 (水)



# 今日の南中給食



## メニュー

- ご飯
- 豆腐チゲ
- 野菜チップス
- りんご
- 牛乳



## 今日の栄養メモ

今日の給食は、豆腐チゲです。チゲとは、ちょうせんはんとく なべりょうりぜんばん朝鮮半島で鍋料理全般を指す言葉で、キムチや肉、ぎょかいりい魚介類、豆腐などを出汁だしで煮込んだ料理です。韓国では、家庭や食堂でもよく食べる定番メニューです。チゲには、ハムを入れたプデチゲや出汁にあさりを使い、味噌みそをベースとしたスープが特徴とくちょうのテンジャンチゲなど様々な種類のチゲがあります。ご飯が進む料理なので、ぜひたくさん食べてくださいね。

