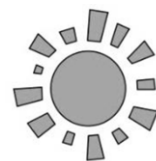


令和5年 1月 30日(月)



今日の南中給食



メニュー【全国学校給食週間：韓国料理】

※諸事情により白黒コピーです。

- ・ビビンバ
- ・白菜のナムル
- ・わかめスープ
- ・牛乳



※お知らせ

ビビンバの盛り付けは、
お肉→トング ナムル→お玉
卵→小レードルでお願いします！

今日の栄養メモ

学校給食週間最終日は、^{かんこくりょうり}韓国料理です。ビビンバは、ご飯の上に
^{さんさい}野菜や^{いろうど}山菜のナムルを彩りよく盛り付けた韓国を代表するご飯料理
です。^{はくさい}白菜のナムルは、白菜を^ゆ茹でて^ひ冷やしたものにドレッシングを
かけて作りました。ナムルは、日本語で生野菜やゆで野菜をごま油や
調味料で^あ和えたものを^さ指します。わかめスープは、わかめや^{とうふ}豆腐など
の具材をだし汁で^に煮て味付けして作りました。韓国では、子どもの
成長を願い、^{たんじょうび}誕生日には必ずといっていいほど出てくる料理です。
また、だしも日本では^{かつおぶし}鰹節や^{もと}中華スープの素を使いますが、^{かんこく}韓国では
^{ぎゅうこつ}牛骨を使ったわかめスープもあるようです。