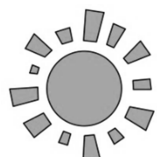
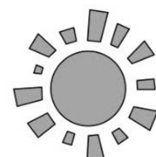


令和6年 6月 25日(火)



今日の南中給食



メニュー

- ビビンバ (しゃもじ & 野菜はギザお玉)
- 中華スープ (大お玉)
- マーラーカオ (手袋)
- 牛乳



盛り付けの注意!!

ビビンバは、そばろご飯に、たれとよく混ぜた野菜をのせてください。

スープがいつもより少なめです。

今日の栄養メモ

今日は韓国料理のビビンバです。韓国語で、「ピピン」は「混ぜる」、「パッ」は「ご飯」の意味があります。韓国風の混ぜご飯です。そばろご飯に、野菜をたれごとかけ、スプーンでよく混ぜて食べてください。野菜にかかっているみそだれがとてもおいしいです。

マーラーカオは、中国風蒸しカステラです。中国語で「マーラー」は「マレーシア」を意味し、「カオ」はケーキという意味で、マレーシア発祥のお菓子と言われています。卵と砂糖、サラダ油、小麦粉を混ぜ、香り付けで醤油をちょっぴり入れて蒸しました。