

9月 5日 (水)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶたにく	群馬・埼玉
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	北海道
たまねぎ	北海道
じゃがいも	北海道
さやいんげん	青森
きゅうり	千葉
キャベツ	長野
もやし	栃木
のり	熊本・兵庫

25年ぶりの大型の台風21号は去りましたが、残念なことに台風一過で夏のような暑さが戻ってきてしまいました。

今日の給食はそんな残暑厳しい日にもピッタリの韓国風スタミナ満点メニューです。

「キムムッチ」は細かく切った焼きのりをにんにくやごま油で味付けした『韓国のり』風のごはんの供（ふりかけ）で、香りを嗅ぐだけでも食欲がそそられるので、知らず知らずの内に白いごはんがモリモリと食べられてしまうはずですよ。

「ピリ辛肉じゃが」もにんにくやごま油、コチュジャン（韓国の甘辛みそ）などで味付けした『韓国風の肉じゃが』です。いつもの和風の肉じゃがも良いですが、今日のような暑い日にはピリッと辛いスタミナ満点の肉じゃがもおいしいですよ！

もう少し残暑が続きますそうですが、夏バテならぬ“秋バテ”にならないよう、しっかりと食べて体力をつけましょう😊