

3月 8日 (木)

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
ぶり	鹿児島
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	千葉
キャベツ	愛知
もやし	栃木
だいこん	神奈川
ながねぎ	栃木
こまつな	埼玉
えのきたけ	長野
わかめ	岩手
のり	千葉

食材名	産地名
ぶり	鹿児島
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	千葉
キャベツ	愛知
もやし	栃木
だいこん	神奈川
ながねぎ	栃木
こまつな	埼玉
えのきたけ	長野
わかめ	岩手
のり	千葉

今日の給食は「ごはん」に「キムムッチ」と「ぶりの韓国風焼き」「わかめサラダ」「五目スープ」の韓国風メニューです。

「キムムッチ」??何だか読みづらいし、言いづらいし、どんな料理なのか想像できない人もいるのではないのでしょうか?

「キムムッチ」とは韓国風海苔ふりかけのことで、韓国語でキムが“のり(海苔)”でムッチ(ム)が“和えもの”という意味があるそうです。小さく切った海苔をごま油や唐辛子・にんにく・しょうゆなどで味付けし、炒めただけの簡単料理ですが不思議なことに、白いごはんが苦手な人も知らず知らずモリモリと食べてしまうくらい、白いごはんにもピッタリな一品です。

「ぶりの韓国風焼き」もにんにく・しょうが・コチュジャン(韓国の甘辛みそ)などで味付けして焼いてあるので、こちらも白いごはんとの相性もバツグンで、スタミナ&栄養満点な一品なので、今日も残さずしっかりと食べてくださいね☺