

7月 9日 (月)

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	埼玉・群馬
とりにく	宮崎
めかじき	インド洋
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	埼玉
たけのこ	熊本
ながねご	茨城
もやし	栃木
だいこん	青森
えのきたけ	長野
こまつな	埼玉
わかめ	岩手
みかん	愛媛

今日の給食は「韓国風もやしごはん」に「めかじきのピリ辛焼き」と「わかめスープ」「冷凍みかん」です。

日本のお隣さん韓国では野菜の和えもの(ナムル)やスープなど“もやし”を使った料理がたくさんあります。

今日の「韓国風もやしごはん」も韓国の『コンナムル・パプ』という“もやし”を使ったごはん料理を参考にして作った栄養満点の一杯です。ちなみに韓国では、もやしはもやしでも大豆から作られる“豆もやし(大豆もやし)”をよく使い、

『コンナムル・パプ』も韓国語でコンナムルが【豆もやし】、パプが【ごはん】という意味があるそうです。

「韓国風もやしごはん」はもちろん、「めかじきのピリ辛焼き」や「わかめスープ」、デザート「冷凍みかん」も暑い日にはピッタリな料理なので、しっかりと食べて、夏バテ知らずの元気な体で今週も楽しくすごしましょう😊