

令和4年 5月25日(水) 中央学校給食センター

【献立名】 ビビンバ 牛乳 トック入りわかめスープ



【ひとロメモ】

韓国料理に親しもう

(食文化)

日本と韓国は昔から結びつきが強く、最近では文化的な交流も盛んになり、日本にも韓国料理のお店が増えています。

韓国には肉料理をサンチュやレタスなどで包んで食べる「サム文化」と呼ばれるものがあります。脂っこい肉料理をさっぱり食べることができ、野菜が多くとれるので健康的な食生活につながるそうです。

今日の給食のビビンバは、韓国でよく食べられている料理です。ご飯の上に野菜の和えものや肉の炒めものなどを彩りよくのせ、混ぜて食べます。食べ方は異なりますが野菜をたっぷり食べることができます。残さず食べましょう。

令和4年 5月 25日(水) 第二学校給食センター

(献立名) 発芽玄米入りごはん 牛乳 かつおの黒潮ソースかけ
小松菜のごまドレッシングあえ にら玉汁



【ひとロメモ】

旬の魚 かつおを味わおう

(食文化)

かつおにまつわる俳句に「目に青葉、山ほととぎす、初がťお」の句があるように野山が青葉に包まれる、4月から5月が「初がťお」のおいしい時期です。

初がťおは、脂肪が少なく身がやわらかいので、高知県の郷土料理として有名な「たたき」にすると、さっぱりとして風味があじわえます。ほかにも、さしみ、照り焼き、角煮などにします。

今日の給食は、角切りのかťおをしょうがとしょうゆで下味をつけてから揚げにして黒砂糖とねり梅で作った黒潮ソースをからめています。

今が旬のかťおをよく味わって食べましょう。

令和4年 5月 25日(水)

飯山学校給食センター

【献立名】 ビビンバ(麦ごはん・ナムル・牛肉)

牛乳 わかめスープ

(小・中:ミックスナッツ)

《今日の丸亀産の食材》

小松菜、チンゲン菜、
葉ねぎ



【ひと口メモ】

韓国の食文化に触れよう

(食文化)

今日のめあては「韓国の食文化に触れよう」です。

日本と韓国は昔から結びつきが強く、近年は文化的な交流もさかんになり、韓国料理の店も増えています。

今日の給食では、韓国の代表的な料理のひとつである「ビビンバ」を取り入れています。ビビンバは韓国の混ぜご飯のことで、「ビビン」が「混ぜ」、「バ」が「ご飯」の意味です。炊きあがったご飯の上に、野菜のあえ物や肉の炒め物などを彩りよくのせ、混ぜて食べます。

韓国は日本のとなりの国ですが、食事のマナーは違います。日本では、食器を持って食べるのが正しいマナーですが、韓国では食器を持たずに机に置いて食べるのが、正しいマナーです。

国によってマナーが違うことを知るのには、いろんな国の人と交流したり、相手のことを知る上で大切なことですね。