

今日の給食

2月4日 火曜日

ビビンバ

キムチ鍋

牛乳

今日は、「ビビンバ」と「キムチ鍋」の韓国料理です。

「ビビンバ」は、韓国の混ぜご飯のことです。キムチは毎食食卓に並ぶそうです。

ともにしょうがと唐辛子が入っています。しょうがの『ショウガオール』と唐辛子の『カプサイシン』は代謝をよくして、体を温めてくれます。



三学期も残さず食べよう！！

◎今月の給食目標◎

「正しい食事のマナーを身に付けよう」