

今日の給食

11月2日 月曜日

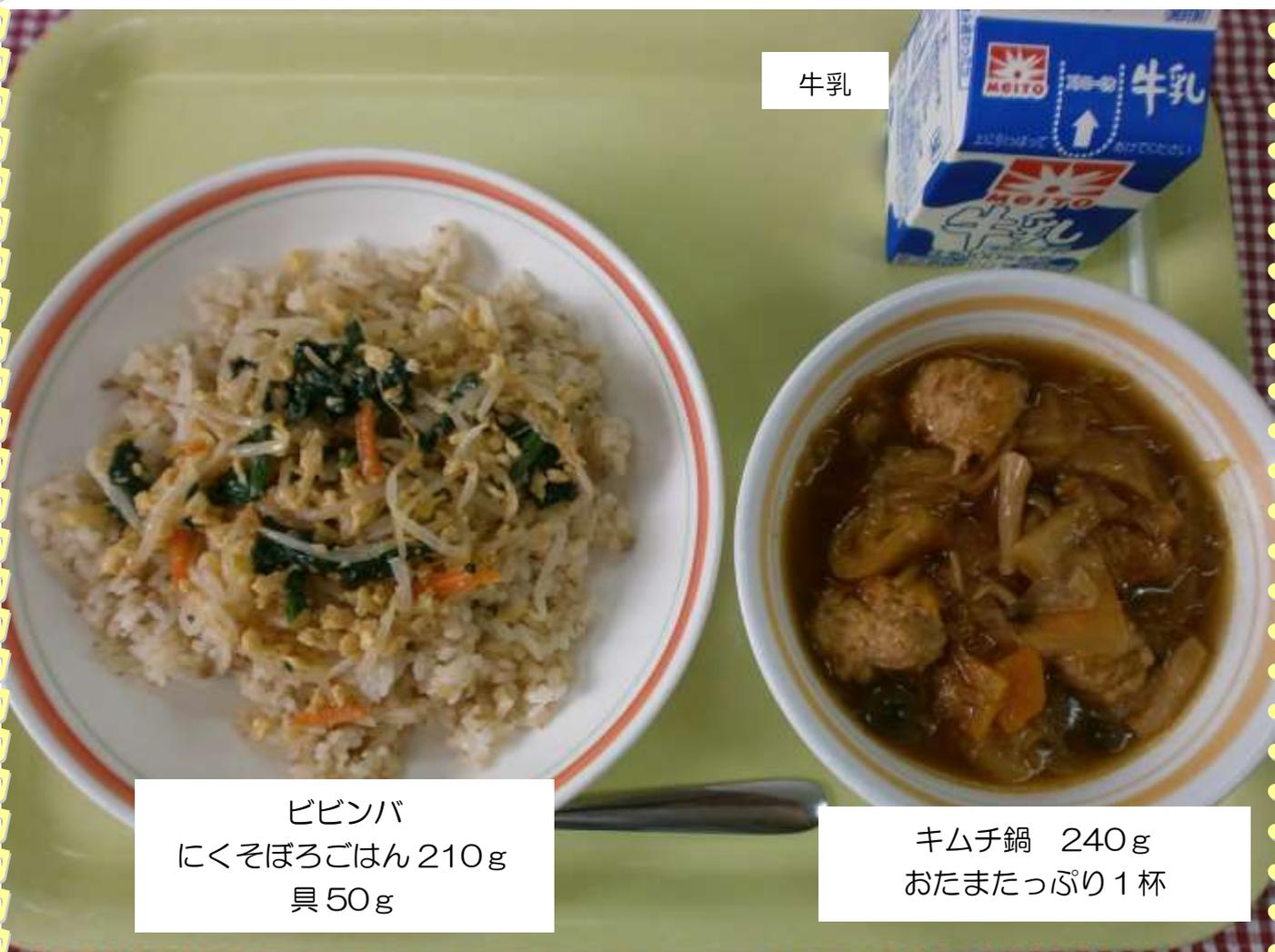
ビビンバ

キムチ鍋

牛乳

今日は韓国料理です。「ビビンバ」は、丼にご飯と肉、ナムル、卵などの具を入れて、よくかき混ぜて食べる料理です。今日は、あらかじめご飯に味の付いた肉を混ぜていますので、野菜と卵の具をごはんの上に乗せて配膳して下さい。「キムチ」は、塩漬けにした白菜などの野菜に、とうがらし、アミという魚の塩辛、にんにく、生姜などを加えて、自然発酵させた漬物です。健康情報の話題として取り上げられることの多い発酵食品で「乳酸菌」を多く含んでいます。

牛乳



ビビンバ  
にくそぼろごはん 210g  
具 50g

キムチ鍋 240g  
おたまたっぷり 1杯

◎11月の給食目標◎

「感謝して食べよう」

**食べ残しをしないように努力しましょう。**

※飲み終わった、牛乳パックは「リサイクルありがとう」と書かれた面の左側接着面に沿って開いていくと、無理なく長方形に開きます。