

## 9月13日(月)

## 韓国・朝鮮料理

## プルコギ

プルコギは、「韓国風すき焼き」ともよばれます。  
「プル」は「火」、「コギ」は「肉」という意味です。

## トック

トックは、韓国・朝鮮のもちと野菜のスープです。  
「トッ」は「もち」、「クッ」は「汁」という意味です。

## きょうのこんだて

ごはん  
ぎゅうにゅう  
プルコギ  
トック  
えだまめ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、さとう、ごまあぶら いりごま、すりごま、トック
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、ぎゅうにく
みどり	おもにからだのちようしをとのえる たまねぎ、ピーマン、しょうが にんにく、にんじん、にら もやし、しいたけ、えだまめ

クイズ9 プルコギやトックのように給食に出てくる韓国・朝鮮料理はどれでしょうか。

- ① ヒラヤーチ ② ジューシー ③ チヂミ

今週は、「食育週間」です。食について考えましょう

## 一口メモ

○児童朝会で校長先生から2年生の子に「大阪市児童絵画・版画展」に出品した絵の表彰状を渡しました。

その後、「9月30日まで緊急事態宣言は、延長されました。

コロナウイルスにかからないように手洗い、消毒、うがい等徹底しましょう。」と校長先生がこの前見かけた上福の女の子の



子の心あたたまるエピソードを

クイズ形式で紹介されました。その女の子は、学校の  
ピンクの門を開けて出ようとしたときに、後から来た人  
を先に通して、自分は後から出ました。門がガシャンと  
閉まらないようにドアノブを持って閉めていたそうです。



○今日の給食は韓国・朝鮮料理のプルコギ、トックです。

プルコギは、肉料理です。プルコギパンというプルコギ専用の  
なべで、味をつけた牛肉と野菜やはるさめといっしょに煮た料理  
です。トックは、韓国・朝鮮のおもちが入ったスープです。



【おまけクイズ】プルコギの味つけに使っている調味料はどれでしょうか。

- ① コチジャン ② トウバンジャン ③ テンメンジャン

にら	高知県	にんじん	北海道	にんにく	青森県
たまねぎ	北海道	ピーマン	青森県	しょうが	高知県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズの答え：①