

4月20日(水)

ビビンバ

ビビンバは、ごはんの上に野菜や肉などをのせた韓国・朝鮮料理です。

ビビンバの名前は、「ビビムパプ」からきています。

「ビビム」は「混ぜる」、「パプ」は「ごはん」という意味で、具材とごはんをよく混ぜて食べます。



今日の給食は、ひき肉、きゅうり、にんじん、切り干しだいこんを具材として使った「ビビンバ」です。

きょうのこんだて

ビビンバ
きゅうりゅう
トック

き	おもにエネルギーのもとになるごはん、ごまあぶら、いりごま、さとう、トック
あか	おもにからだをつくるきゅうりゅう、きゅうひきにく、ぶたひきにく
みどり	おもにからだのしょうじをととのえるにんにく、きゅうり、たまねぎ、にんじん、きりぼしだいこん、こまつなえのきたけ

クイズ8 給食で秋に登場するビビンバに使われる野菜は、どれでしょうか。

- ① だいこん ② はくさい ③ れんこん

一口メモ

昨日、ひまわり学級が学習園で栽培していただいたいこんを収穫しました。土の中深くまで育っていたいこんを一生けん命に力をこめて抜いていました。



今日の給食は「ビビンバ、牛にゅう、トック」です。

ビビンバは、韓国・朝鮮の料理です。韓国・朝鮮の言葉で「ビビムパプ」といいます。「ビビム」が混ぜるという意味で「パプ」がごはんという意味です。本場の韓国・朝鮮ではごはんと具材をよく混ぜて食べています。



給食では、ごはんを盛りつけた上に、ひき肉とナムルをのせて食べ

ましょう。ひき肉の味つけには、韓国・朝鮮の調味料のコチジャンを使っています。韓国・朝鮮では「コチュ」はとうがらしを意味しています。



「ジャン」は、調味料です。コチジャンは、韓国・朝鮮のからみやあまさが感じられる発酵調味料です。春のビビンバのナムルには、だいこんが使えないので、きりぼしだいこんを使っています。

きゅうり	宮崎県	たまねぎ	長崎県	にんにく	青森県
にんじん	徳島県	えのきたけ	長野県	切り干しだいこん	宮崎県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①