



上福島小学校 食育通信

令和5年度4月食育週間【4／17(月)～4／21(金)】

一口メモ

○今日の給食は「ビビンバ、牛乳、トック」です。

ビビンバは、韓国・朝鮮料理です。

ビビンバの専用容器に入れたごはんの上に野菜のナムルや肉、たまごなどをのせた料理です。



スッカラとチョッカ

本場のビビンバは、ごはんの上に手前、奥、右、左、中央に分けて具をもりつけて、コチジャンやごま油などの調味料をかけてスッカラ(さじ)でよく混ぜて食べます。ビビンバは、韓国・朝鮮では「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。4月の

給食のビビンバは、ごま油でにんじんの香りをだして韓国・朝鮮の調味料のコチジャン等でいためたひき肉と切りぼしだいこん、きゅうり、にんじんのナムルをごはんの上にそれぞれのせて食べます。



切りぼしだいこん

汁ものは、トックです。トックは韓国・朝鮮のもちです。日本のもちと違ってのびることはありません。



トック

【クイズ】

給食では、外国の食文化を知ってもらうために外国の料理が登場します。5月の給食に出るミネストローネはどこの国の料理でしょうか。

- ① イギリス ② スペイン ③ イタリア

答えは、明日の通信でお知らせします。

○きのうのクイズの答えです。今年の1年生のはしの色はあずき色でなく、黒色です。

答えは、①でした。

