



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和7年10月30日

きょう きゅうしょく かまや きゅうにゅう
今日の給食は、釜焼きビビンバ、牛乳、ワントンスープです。

かんこくりょうり はん にく
ビビンバは韓国料理の一つです。ご飯とぶた肉、たまごなどの具を炒め、にんにく、しょうが、コチュジャン、しょうゆなどで作ったタレで味付けしました。ナムルから水分が出やすいので、今日はナムルだけ別の食缶にしました。ナムルはごはんに乗せて、混ぜながら食べて下さいね。

かたち はい はい
ワントンスープにはウェーブワントンというヒラヒラした形のワントンが入っています。また、スープに入っているみどりいろ やさい しゅん
緑色の野菜は旬の“チンゲンサイ”です。

きょう た しょうぶ からだ つく
今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。



かまや
釜焼きビビンバ

ナムルをクラスごとに分けます



ワントンスープ

あくをていねいに取ります



ウェーブワントン



いい卵をつくります



ごはんと卵、肉を炒め味付けします



ワントンをいれ仕上げます