

今日の給食は、プルコギ丼、牛乳、ほたて入り白菜のスープです。

プルコギとは、韓国料理の1つです。韓国語で“プル”は“火”を、“コギ”は“肉”を指します。その意味の通り、肉を焼いて作る料理であり、肉を甘辛いタレに漬け込んで、野菜等といっしょに焼いて作ります。今日は、ごはんにのせて、プルコギ丼にさせていただきます。

また、白菜のスープには、ほたてが入っています。今日は、貝柱を細くほぐしたものを使用しました。旬の白菜や長ねぎと一緒に、うま味を感じながらいただきます。

今日もしっかり食べて、じょうぶな体をつくりましょう。

ほたてと白菜のスープ



鶏がらでスープを取ります



白菜を短冊切りにします



ほたて貝柱の水煮を使いました

プルコギ丼



赤ピーマンを千切りにします

