

令和 8 年 5 月 27 日 (水) 中央学校給食センター

【献立名】 ビビンバ 牛乳 わかめスープ
ヨーグルト



【ひとロメモ】

韓国料理に親しもう

(食文化)

日本と韓国は昔から結びつきが強く、最近では文化的な交流も盛んになり、日本にも韓国料理のお店が増えています。

韓国には肉料理をサンチュやレタスなどで包んで食べる「サム文化」と呼ばれるものがあります。脂っこい肉料理をさっぱり食べることができ、野菜が多くとれるので健康的な食生活につながるそうです。

今日の給食のビビンバは、韓国でよく食べられている料理です。ご飯の上に野菜の和えものや肉の炒めものなどを彩りよくのせ、混ぜて食べます。食べ方は異なりますが野菜をたっぷり食べることができます。残さず食べましょう。

令和8年 5月 27日(水) 第二学校給食センター

(献立名) ごはん 牛乳 かつおの黒潮ソースかけ
小松菜とコーンのあえもの にら玉汁



【ひとロメモ】

旬の魚 かつおを味わおう

(食文化)

かつおにまつわる俳句に「目に青葉、山ほととぎす、初かつお」の句があるように、野山が青葉に包まれる、4月から5月が「初かつお」のおいしい時期です。

初かつおは脂肪が少なく身がやわらかいので、高知県の郷土料理として有名な「たたき」にすると、さっぱりとして風味があじわえます。ほかにも、さしみ、照り焼き、角煮などにします。

今日の給食は、角切りのかつおをしょうがとしょうゆで下味をつけて、から揚げにして黒砂糖と梅で作った黒潮ソースをからめています。

今が旬のかつおをよく味わって食べましょう。

令和 8年 5月 27日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】

ビビンバ 牛乳 わかめスープ
ヨーグルト

《今日の丸亀産の食材》

葉ねぎ こまつな たまねぎ



【ひとロメモ】

韓国料理に親しもう

(食文化)

日本と韓国は昔から結びつきが強く、近年は文化的な交流もさかんになり、韓国料理の店も増えています。

今日の給食では、韓国の代表的な料理のひとつである「ビビンバ」を取り入れています。

ビビンバは韓国の混ぜご飯のことで、「ビビン」が「混ぜ」、「バ」が「ご飯」の意味です。炊きあがったご飯の上に、野菜のあえ物や肉の炒め物などを彩りよくのせ、スプーンで混ぜて食べます。

韓国は日本のとなりの国ですが、食事のマナーは違います。日本では、食器を持って食べるのが正しいマナーですが、韓国では食器を持たずに机に置いて食べるのが、正しいマナーです。国によってマナーが違うことを知るのには、いろいろな国の人と交流したり、相手のことを知る上で大切なことですね。