



五中三二給食通信



令和 6年 1月 31日 NO.156

今日の給食は「コンナムルごはん」です。「コンナムル」は韓国語です。日本語でどういう意味かわかりますか？豆もやしという意味があります。韓国ではナムルやスープといった料理によく使ったりします。

今日の「コンナムルごはん」は豆もやしをナムルにしてごはん混ぜ込みました。豆もやしだけでなく大豆も入っているのととても噛みごたえがあります。よく噛んで食べましょう♪



豆もやし入りのごはん、
食べたら
もやもやしていること
もなくなるね



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

コンナムルごはん

鶏ささみスープ

アロエヨーグルト

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 豚小間肉 大豆 鶏ささみ ヨーグルト	米 油 砂糖 ごま油 白いりごま でんぷん	にんにく 玉葱 にんじん しょうが 大豆もやし たけのこ水煮 干し椎茸 もやし 小松菜 長ねぎ アロエ