

五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 6年 9月 11日 N0.74

今日の給食は韓国料理の 1 つである「プルコギ丼」です。

「プルコギ丼」は韓国語で「プル」が「火」、「コギ」が「肉」という意味があります。本場、韓国では専用のなべを使って調理をします。

プルコギ丼はうす切りの牛肉に調味料を漬け、野菜と一緒に炒めた料理です。



↑専用鍋です
真ん中が盛り上が
っています

給食ではぶた肉を使います。そして、より本格的に仕上げるためにあるくだものを入れています。何が入っているか味わってください♪



プルコギは韓国風すき焼きとも
いわれています♪
プルコギはみんな
すきや、きっと…
プルコギもブルーンも食べてお肌
ぶるぶるーん



《今日の献立》

プルコギ丼

わかめスープ

くだもの(ブルーン)

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 豚肉 鶏肉 豆腐 わかめ	米 しらたき 油 砂糖 白いりごま ごま油 白すりごま	玉葱 もやし にんじん にら りんご しょうが にんにく 長ねぎ ブルーン