

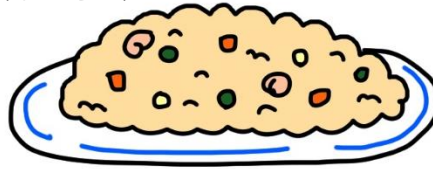
🌸 ランチタイムレター 🌸

へいせい ねん がついつか げつようび
平成30年2月5日 月曜日

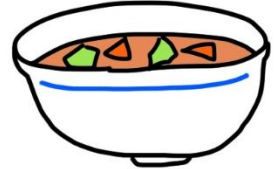
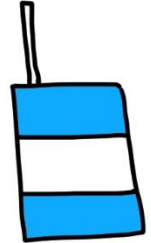
きょう こんだて 今日の献立

- エビピラフ
- スパニッシュオムレツ
- きゃべつのスープ
- ぎゅうにゅう

えびピラフ
(ふかざら)



スパニッシュオムレツ
(パンざら)



きゃべつのスープ (わん)

きょう はなし
今日は、「スパニッシュオムレツ」について話をします。

スパニッシュオムレツは、スペインのたまご料理です。

スペインでは、トルティージャ・エスパニョーラとよばれ、

それぞれの家庭で味が違うそうです。中身はじゃがいもが入って

いるものも多く、その他にたまねぎやベーコン、ほうれんそう

が入ることもあるそうです。

きゅうしょくしつ おお てっばん なが や
給食室では、大きな鉄板にたまごを流して焼きました。

のこ た
残さず食べましょう。

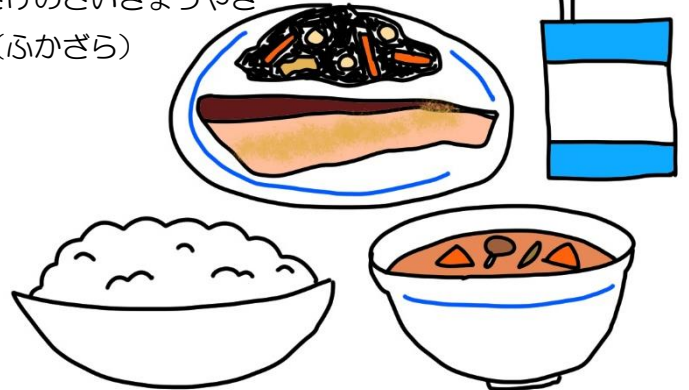
❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がつむいか かようび
平成30年2月6日 火曜日

きょう こんだて 今日の献立

- ごはん
- さけのさいきょうやき
- だいずとひじきのいために
- きのこじる
- ぎゅうにゅう

だいずとひじきのいために
さけのさいきょうやき
(ふかざら)



ごはん (サラダボウル)

きのこじる (わん)

きょう さいきょう や つか さいきょう
今日は、「さけの西京焼き」に使った「西京みそ」について

はなし
話をします。

さいきょう きょうと かんさい ゆうめい
西京みそとは、京都など関西で有名なみそです。

しょうがつ た そうに かんさい あじつ
お正月に食べる「お雑煮」は、関西ではみそで味付けする

おお さいきょう つか
ことが多く、西京みそを使うこともあるそうです。

さいきょう いろ うす あま あじ とくちょう あじ
西京みそは色が薄く、甘い味が特徴です。よく味わって、

のこ た
残さず食べましょう。

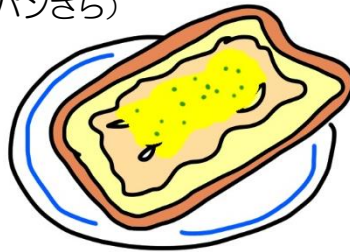
❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がつなの か すいようび
平成30年2月7日 水曜日

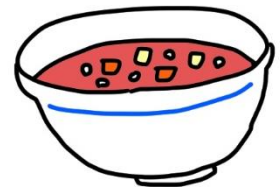
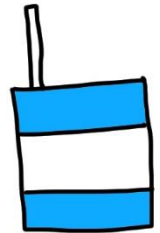
きょう こんだて 今日の献立

- グラタントースト
- むぎむぎスープ
- いよかん
- ぎゅうにゅう

グラタントースト
(パンざら)



いよかん
(サラダボウル)



むぎむぎスープ (わん)

きょう かん
今日は、「いよかん」に関するクイズをします。

にほん いちばんおお さいばい えひめけん
日本で一番多いよかんを栽培しているのは「愛媛県」です。

では、愛媛県でつくられているいよかんは、日本でつくられて
いるいよかんの何パーセントにあたるでしょう？

- ①32パーセント ②64パーセント ③83パーセント

せいかい えひめけん むかし いよ くに
正解は、③の83パーセントです。愛媛県が昔、「伊予の国」

とよばれていたことから、「いよかん」という名前がつけました。

いよかんは今が旬の果物です。よく味わって食べてください。

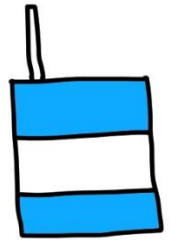
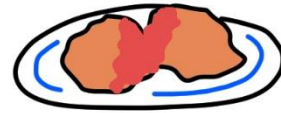
❀ ランチタイムレター ❀

へいせい ねん がつこのか きんようび
平成30年2月9日 金曜日

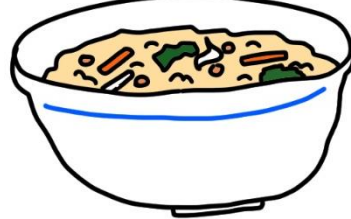
きょう こんだて 今日の献立

- まぜこみビビンバ
- ヤンニョムチキン
- とうふとねぎのスープ
- ぎゅうにゅう

ヤンニョムチキン
(パンざら) ひとり2こ



まぜこみビビンバ (どんぶり)



とうふとねぎのスープ (わん)

きょう ピョンチャン おうえんきゅうしょく
今日は、「平昌オリンピック・パラリンピック応援給食」です。

きょう がつこのか がつこのか
今日、2月9日にオリンピックが、3月9日にはパラリンピックが

はじ かいさいこく だいかんみんこく かんこく りょうり
始まります。なので、開催国の大韓民国(韓国)の料理をつくり
ました。

かんこく しゅしょく にほん おな こめ
韓国の主食は、日本と同じ「米」です。ビビンバは、ごはんの

うえ やさい あじつ にく りょうり
上に「ナムル」という野菜や味付けした肉をのせた料理です。

ほんとう ま た きょう きゅうしょくしつ ま
本当は混ぜながら食べるのですが、今日は給食室で混ぜました。

「ヤンニョムチキン」は韓国の鶏のから揚げです。調味料を混ぜ

たタシを「ヤンニョム」といい、揚げた鶏肉にかけます。

ほか かんこく ゆうめい た もの
その他にも、「キムチ」「トック」など、韓国には有名な食べ物が

たくさんあります。気になった人は、調べてみましょう。

