

令和7年9月30日(火)の給食



☆献立名

- ・キムチチャーハン
- ・ナムル
- ・中華コーンスープ
- ・牛乳



「ナムル」は韓国語で「野菜のおかず」という意味です。韓国では毎日の食卓に登場する定番料理です。

野菜をゆでたり蒸したりして、調味料であえた料理で、栄養たっぷりでごはんによく合います。

給食では、にんじん・きゅうり・もやしで作りましたが、ゼンマイやほうれん草、大根など季節ごとの野菜を使ってもおいしいです。