

# 6/24(水) 今日の給食一口メモ

今日のひとくちメモは、「プルコギ風炒め物」についてです。

朝鮮語で、プルは「火」、コギは「肉」の意味があります。プルコギは朝鮮半島の代表的な肉料理です。しょうゆを基本としたタレに漬け込んでから、野菜や春雨などと一緒に焼いたり煮たりして食べます。「朝鮮半島風すき焼き」とも言われるそうです。今二小でも、しょうゆと酒、にんにく、生姜で肉に下味をつけてから、野菜と一緒に炒めています。今日使用しているコチュジャンという調味料は、甘い味をした唐辛子の味噌です。豚肉でスタミナをアップさせながら、唐辛子の味噌で体を温め、風邪に負けない体を作りましょう。



# 6/25(木) 今日の給食一口メモ

今日のひとくちメモは、「ごはんつぶ」についてです。

みなさんは、ごはんを食べ終わったときに、おちゃわん(ごはんの容器)の中をよく見ていますか？ごはんつぶはついていませんか？おかずの残りはありますか？最後にごはんつぶを取ろうとしても、乾いてしまって容器にくっついてしまうため、なかなかきれいに取りきれません。食べている途中で、容器についたごはんつぶも取りながら食べると、きれいに食べられます。

食器をきれいにしてお返ししましょう。

