

令和7年4月8日(火)



【韓国料理献立】

●献立 ビビンバ丼・牛乳・春雨スープ

○ ビビンバ丼

【肉】

- ▼ 熱したサラダ油に牛肉の細切を入れ炒めます。にんにく、みじん切りした玉ねぎを加え更に炒めます。それに調味料加え、味を調えたら出来上がりです。

【野菜】

- ▼ 白ごま炒り、冷やしておきます。
- ▼ ナムルタレ作り、冷やしておきます。
- ▼ もやし、人参、ほうれん草をスチームコンベクション（焼く・蒸す・煮る調理機器）で蒸し、真空冷却器で冷やします。
- ▼ 冷えた具材を冷えたタレで和えます。最後に白ごまを混ぜ合わせたら出来上がりです。

☆今日はご飯の上に、これらの具材のせて食べます。

○ 春雨スープ

- ▼ 乾燥緑豆春雨を戻しておきます。きくらげも戻しておきます。
- ▼ 熱したサラダ油に豚肉入れ、炒めます。それに、玉ねぎ、人参を加え更に炒めます。水を加え煮ます。煮えた具材の中にきくらげ、はんぺんを加えます。調味料を加え、味を調えます。その中に春雨、白菜を加え最後にねぎを加えたら出来上がりです。

今日の給食

令和7年度、最初の給食です。

子供たちが大好きなビビンバ丼です。進級し、少し分量が多くなった給食をモリモリ食べてました。

今年1年がとても楽しみです。

