



4月の中学校の献立より…

☆平成27年4月20日(月)の給食紹介☆

中学校 エネルギー:869kcal たんぱく質:28.6g 脂質:25.1g 塩分:3.3g

- ★主食：ご飯
- ☆主菜：春巻き
- ★副菜：ビビンバの具
- ☆汁物：フォーガー
- ★飲み物：牛乳（ミルマークコーヒー）

世界の味巡り～ベトナム～

中学生が「世界の料理を食べたい!」というリクエストをしてくれたので、今年度は月に1回、おかずの中の1つですが、給食初登場の世界の料理を紹介していきたいと思います。給食を通して、世界の料理を味わいながら、学んでいきましょう!

～ベトナムの美味しいもの紹介～

★フォーガー

「フォー」は、ベトナムで最もポピュラーな麺の一つです。もちっとした食感がおいしい、お米の麺です。

「ガー」は、鶏のスープのことで、鶏肉を使ったものを言います。

味付けにベトナムの「ニョクナム」、タイなら「ナンプラー」を使います。日本では、秋田の「しょつつる」になります。どれも魚を塩漬けにし、発酵させたしょうゆのような調味料で「魚醤」とよばれます。うまみの濃い調味料なので、いつものスープと違うおいしさが出来たらいいなと思って作りました。お味はいかがでしたか?



ちなみに…
春巻きは「中国料理」、
ビビンバは「韓国料理」
です。



フォーガー