

ランチメール ^{4/14}

きょう 今日のこんだて

• ビビンバ

だいこん

• わかめと大根のスープ

ぎゅうにゅう

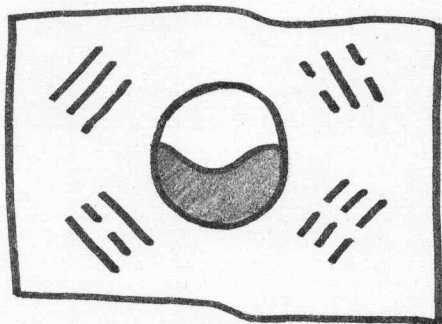
• 牛乳

• なっみ

ま い み
ビビンバは「混ぜごはん」という意味の
かん こく りょうり
韓国料理です。ごはんやさいに野菜やお肉にくを
のせて、よく混ぜて食べる料理です。

きょう やさい
今日は野菜(もやし・こまっな・にんじん・たけのこ・
にんにく・しょうが)と豚肉ぶたにく、アーモンドとごまも
はい ぐ
入った具だくさんのビビンバです。

えいよう まんてん ひとさら
栄養も満点な一皿です。



よく混ぜて食べるのが
おいしさのヒケツ!

