

# 10月13日(金)

- ・牛乳
- ・麦ご飯
- ・ゆず豚フルコギ
- ・もやしのナムル

<ひとくちメモ>

今日は、「フルコギ」についてのお話です。フルコギは韓国の有名な肉料理です。韓国語で「フル」は火を、「コギ」は肉を意味します。給食では、コチュジャンや砂糖を入れることで甘辛く仕上げています。しめじやえのきたけも入っているので食物繊維をたっぷりとることができます♪

