



School Lunch News

2026.2.12

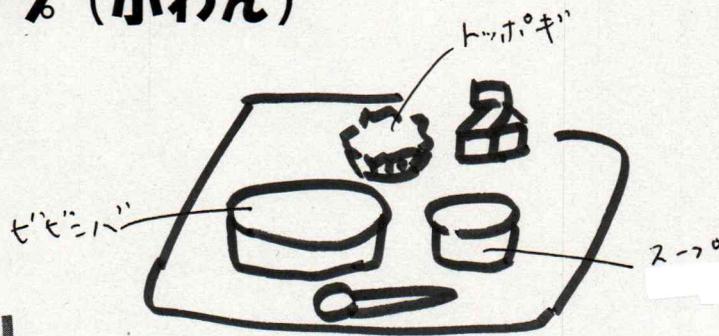
今日の献立

ビビンバ (大皿)

トツポギ

わかめスープ (小わん)

牛乳



給食室より

今日はお隣韓国より、人気料理「トツポギ」です。トツポギは、うるち米から作られた「トック (韓国のおもち)」を、コチュジャンベースの甘辛いタレで煮込んだ料理です。韓国では屋台の定番メニューとして親しまれています。

トックは日本のおもちとちがい、のびにくく、もちもちとした食感が特徴です。エネルギー源となる炭水化物が豊富で、部活動や勉強でたくさん体を動かす中学生にぴったりです。また、コチュジャンには唐辛子が使われており、体を温め、食欲をアップさせる効果もあります。

韓国では、家族や友達と分け合って食べる文化があります。給食でも、料理を通して世界の食文化にふれてみましょう。

味わいながら、ぜひ韓国の食文化にも思いをはせてみてください。