

# きゅうしょくつうしん

12月17日(火)



- ソフトフランスパン
- サバのムニエル
- 野菜の甘酢漬け
- とうもろこしのスープ
- 菊花みかん
- 牛乳

世界の国旗



ベトナム社会主義共和国



トルコ共和国

## 1～2年生

今日はお魚をはさんだサンドイッチです。「サバ」というお魚です。サバを挟んだサンドイッチは、ベトナムでは「バインミー」というサンドイッチの仲間です。トルコではそのまま「サバサンド」と呼ばれる人気のサンドイッチです。

(トルコ語で「バルックエク・メール」) サバは「青魚の王様」と呼ばれるくらい栄養満点のお魚です。頭の働きをよくしたり、丈夫な骨や歯をつくるのに役立ちます。大きな口を開けてたべましょう。今日もよく噛んで味わっていただきます。

## 3～6年生

今日はセルフサンドです。ベトナムの家庭料理「バインミー」をイメージしました。バインミーは、パンの間にいろいろな具を挟んだサンドイッチのような料理です。ベトナムに住んでいたことのある檜垣先生も、よく食べていたそうです。お店によって、挟む具や味付けが全然違ったそうです。ベトナムはフランスの植民地だったので、フランスパンを使うことが多いです。そこで給食でもソフトフランスパンを使いました。みなさんも旅先などでおいしい料理をみつけたら、ぜひ、料理の名前やつかっている食材をチェックして教えてください。給食でみんなと一緒に食べられたらいいですね。今日もよく噛んで味わっていただきます。

ベトナムについて  
もっと調べてみよう!





ベトナムの  
7つの世界遺産