

10月18日(月)



ナムル

牛乳

玄米入りごはん

キムチチゲ

今日は、韓国料理でした。

ちょっぴりピリ辛なキムチチゲには、厚揚げ・豚肉・大豆・つくね・にら・白菜・キムチ・大根・マロニーと本当にたくさんの具が入っていて、チゲ鍋を食しているような感じでした。

ナムルは、チゲのビリからを和らげるごま油の風味が漂っていました。