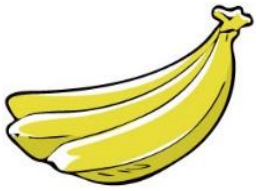
献立ひとくちメモ　4月18日（金）



今日の給食はインドネシアやフィリピンなど東南アジアで食べられているメニューが登場します。

ナシゴレンはインドネシアの国民食の一つで、チャーハンに似た料理です。「ナシ」はご飯、「ゴレン」は炒めるという意味です。

ナンプラーとは、タイの魚醤（ぎょしょう）のことで、日本のしょうゆに似ています。カタクチイワシを原料にしているので、独特の風味と香りがします。

ルンピアはフィリピンのおやつで、春巻きの皮で包んで揚げた料理です。ハワイでも人気があります。「ルンピア」とは春巻きのことで、いろいろなものを巻いて食べているそうです。