

ちばし まくはり きょうぎかいさい おうえん  
 “千葉市（幕張メッセ）で7競技開催！みんなで応援しよう”

Today's special menu!

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会応援メニュー

きょうの給食のねらい

世界の国を知り、各国の料理を味わい  
 オリンピック・パラリンピックを  
 みんなで応援しよう【韓国編】



中央の円は太極(宇宙)、四隅のしるしは、「水」「地」「火」「天」という宇宙の4大要素を表しています。

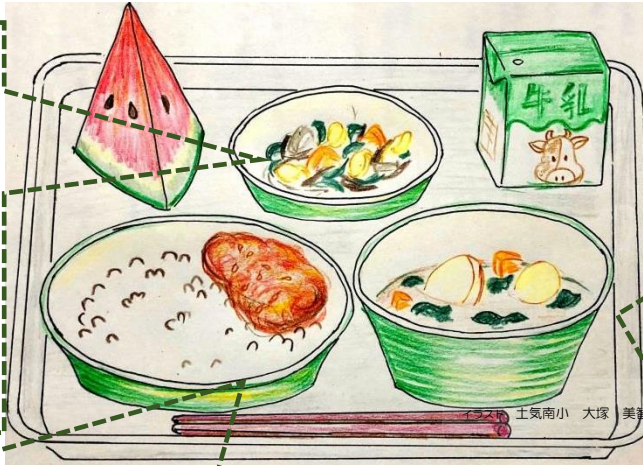
韓国の国旗



- ごはん ●牛乳 ●ヤンニョムチキン(鶏肉の揚げ物)
- ミヨックク(わかめスープ) ●のり入りナムル ●すいか

のり入りナムル

韓国の家庭料理を代表する料理です。ゆでた野菜を、しょうゆなどの調味料に、ごま油やのりを和えて作ります。おかずや、ピビンバの具になります。



ミヨックク

韓国語で、「ミヨッ」はわかめを、「クク」はスープを意味します。わかめはミネラルが豊富なので、韓国では、出産後に栄養補給として食べる習慣があります。母への感謝を込めて、誕生日にも食べられます。

韓国とオリンピック・パラリンピック

東京オリンピックから正式競技に！

<テコンドー>



<開催の経歴>



テコンドーは韓国が発祥のスポーツ。「足のボクシング」と呼ばれ、素早い動きの足技が特徴です。東京オリンピック・パラリンピックでは、千葉市の幕張メッセで開催されます。

韓国では、1988年と2018年にオリンピックが開催されました。2018年の「冬季平昌オリンピック」では、日本の選手も数多く活躍しました。

ヤンニョムチキン

鶏肉を油で揚げてタレをからめた料理です。タレは、一般的にコチュジャン(唐辛子味噌)や砂糖を使って甘辛く仕上げます。この甘辛いタレのことを、「ヤンニョム」と言います。

韓国と日本をくらべてみました！！

大韓民国	韓国名	日本
10万200平方k m	面積	37万8000平方k m
5127万人	人口	1億2652万人
ソウル	首都	東京
ウォン	通貨	円
韓国語	言語	日本語
チマチョゴリ	伝統的な服装	着物

韓国料理の特徴

①唐辛子や香味野菜(にんにく、しょうがなど)

→細かく切って、料理の味付けに使います。唐辛子は、韓国の漬物「キムチ」を作るときに欠かせない食べ物です。

②大豆を発酵させて作る調味料

→カンジャン(しょうゆ)、テンジャン(みそ)がよく使われます。



“We have 7 kinds of sports competition in Chiba-city. Let’s support them together.”

## Related Menu of

# Olympic and Paralympics Games Tokyo 2020

**Today’s aim**  
Let’s taste the food of the world countries and let’s support the Olympics and Paralympics together.  
(This time we eat Korean food.)

### Today’s special menu !

- Rice
- Milk
- Jan`nyum chicken(Fried chicken)
- Miyokkuku(Soup)
- Nori-Namul
- Peach jelly

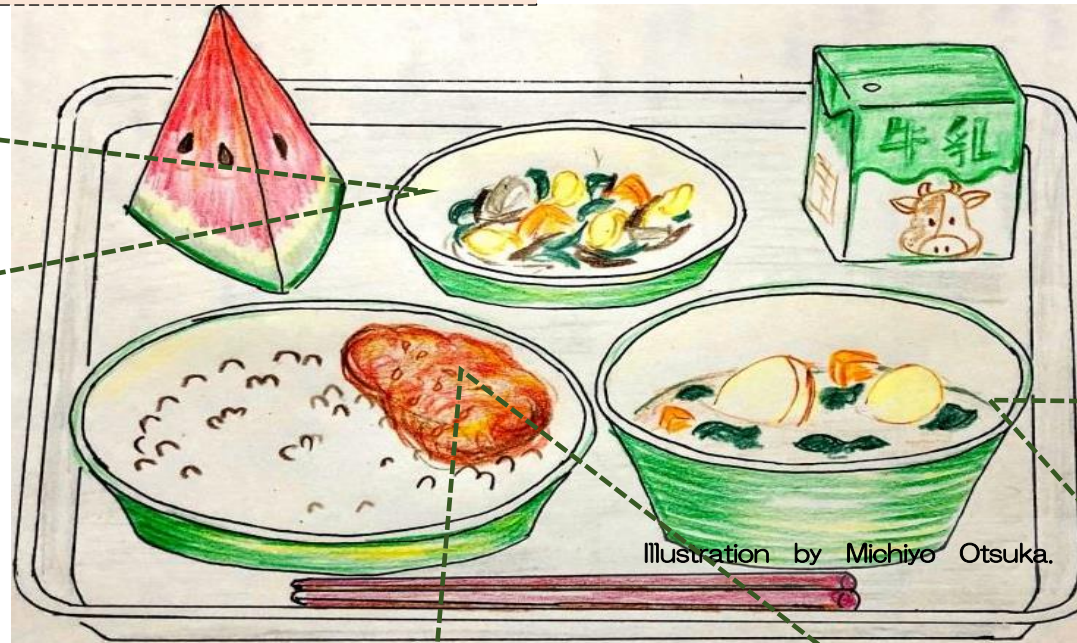
Korean national flag



Center circle = Universe.  
Corner mark = Water , Earth ,Fire , Sky.

## Nori-Namul

It is a famous Korean home-cooked meal. It is made up of boiled vegetables , soy souce and sesame oil.  
We make Bibimbap (ビビンバ) with rice & Namul.



## Miyokkuku

“miyo” = wakame.  
“Kuku” = Soup.  
Wakame has a lot of minerals.  
It is the energy source of Mother having a baby in Korea.  
It is usually eaten and served on birthdays.

## Jan`nyum chicken

This food is fried chicken and seasoned with Korean sauce. Sauce=Jan`nyum (red pepper miso & sugar). The taste is sweet and hot.

