

10がつ7にちの こんだて

そぼろびびんば
こーんすーば



きょうのポイント



ビビンバ

ビビンバ(ピビンパッ)とは「ピビダ(混ぜる)+パッ(ご飯)=混ぜご飯」で、本来は残りご飯にナムルやコチュジャン、ごま油などを混ぜて小腹がすいたときに食べる手軽な料理のことです。

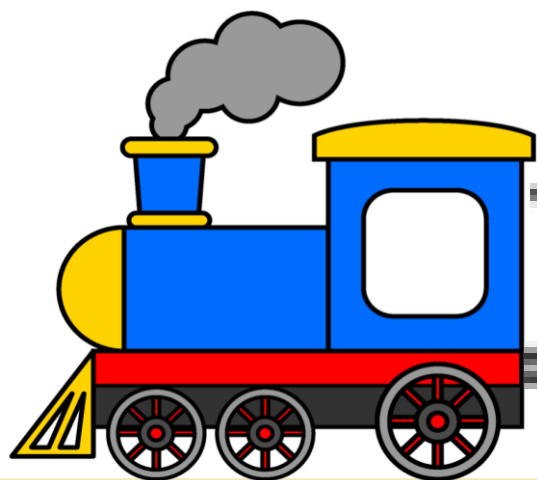
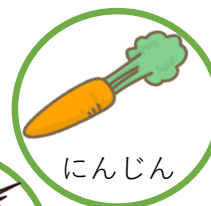
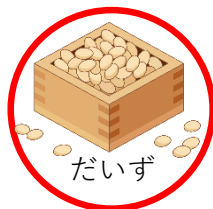
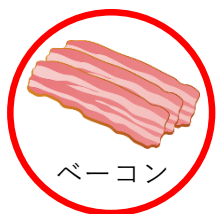
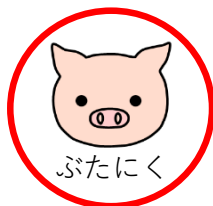
今ではユッケや色とりどりの野菜や味付けのビビンバがあり、彩もキレイな&栄養満点な韓国グルメの中でも人気のメニューの1つです。



ゆっくり
よくかんで
たべよう



10がつ7にち きょうのたべもの



からだを
つくるもと

げんきいっぱい
エネルギーのもと

びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる