



お米丸くんはおこめの国に住む5歳の男子。  
みんなと一緒に世界の料理を食べる大冒険に出発するよ！



# ロシア



📍 首都：モスクワ

## ランチメニュー

### ランチ



※写真はイメージです。

### パン

#### ボルシチ

世界三大スープの一つと言われていて、ビーツの鮮やかな赤色が特徴で具がたくさん入った食べるスープです。

#### オリヴィエサラダ

ロシアのポテトサラダです。さいの目状に切られた具材が特徴です。オリヴィエさんというシェフが考えた料理から名前がつけました。ロシアはマヨネーズの消費量が世界一です。※給食では「エッグケア」を使用しています。

#### ヤーブラカ(りんご)

「ヤーブラカ」はロシア語でりんごのことです。

## ロシアって、どんな国？

ロシアの気候は短くて涼しい夏と、長くて寒い冬が特徴的で春と秋は期間が短いです。主食はパンでお祭りや結婚式などお祝い事では「カラヴァイ」という模様入りのパンを食べます。ロシアの「ボルシチ」は、フランスの「ブイヤベース」、タイの「トムヤムクン」と並んで世界で有名なスープの一つです。ビーツが入るのが特徴で、体の温まる寒い国ならではのスープ料理です。代表的なロシアの民族衣装は「ルバーシカ」、「サラファン」があり、刺繍で縫い上げた晴れ着や、Tシャツの上から重ね着し普段から着られています。



## 世界一のスポーツ！ 近代五種競技



フェンシング、水泳、馬術、射撃、ランニングの5種類を1人の選手が1日の間に行う競技で「キング・オブ・スポーツ」とも言われています。



## 「おいしい」は「フクースナ」

