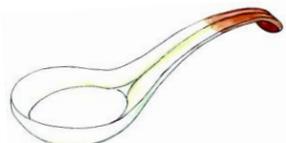


わたしん家の食事から

# 王 貴勤 さん

<中国>



お箸(はし) れんげ を使って  
食べる人が多いです

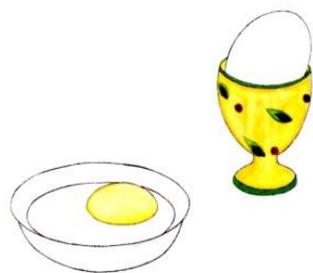
食事の後のあいさつ

うおーちーぱおら

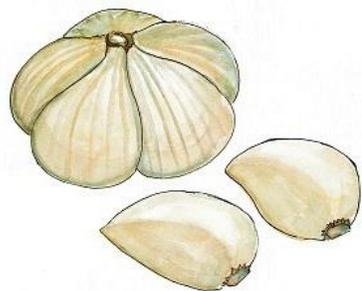
我吃飽了

(お腹いっぱいになりました)

生魚や 生卵 は  
食べる習慣が  
ありません



主食は  
水で炊いた  
お米 です



**にんにく 生姜(しょうが)**  
八角(はっかく) 豆板醤(とうばんじゃん)  
などを味付けによく使います



食事中に **スープ**  
**お粥(かゆ)** **お茶**  
を飲みます



私の今日の晩ごはんは

肉まん

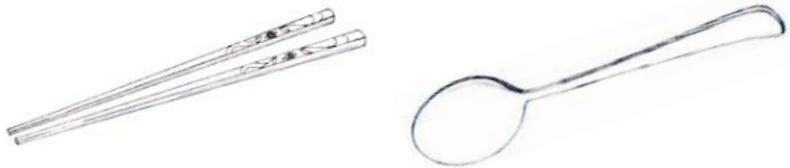
卵スープ

きゅうりのピリ辛和え

です

# 姜 智娜 さん

< 韓 国 >



**お箸とスプーン**で食べます

学校での昼ごはんは  
**給食** を食べます



食事の前

차려 모쨌쨌뉠다  
**잘 먹겠습니다**  
(よく食べます)

食事の後

차려 모코쨌뉠다  
**잘 먹었습니다**  
(よく食べました)



**とうがらし粉** **とうがらしみそ** を  
味付けによく使います

茶碗など食器を  
持ち上げることは  
下品なことです



主食は  
水で炊いた  
お米です



私の今日の晩ごはんは

キムチチゲ

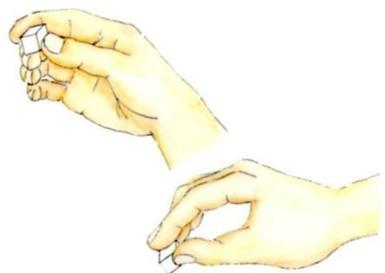
わかめスープ

チャプチェ

ニラ焼き です

# ナヒド ルマナ さん

## <バングラデシュ>



**右手** を使って  
食べるものが  
多いです

食事の前のあいさつ

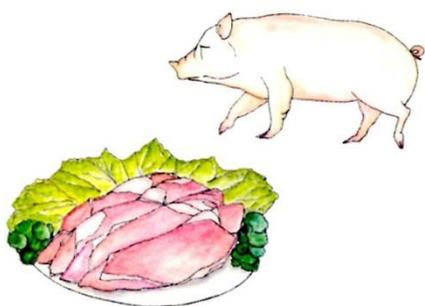
বিস্মিল্লাহির

**びすみっらーひる**

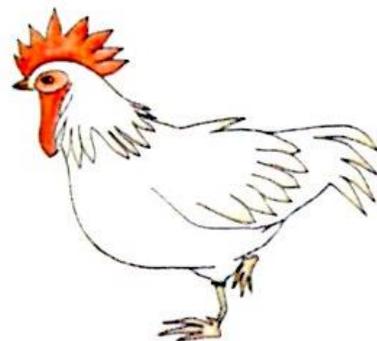
রহমানির রহিম

**ろほまーにろひん**

(アッラーの名のもとに食事を始めます)



**豚肉** は  
食べません



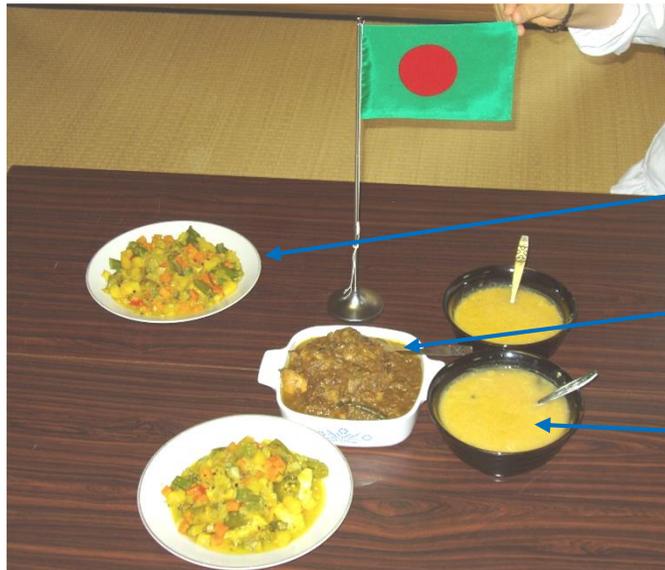
生きたままの **鶏** が  
市場で売られています



主食は  
水で炊いた  
お米です



学校での昼ごはんは  
軽い食事(ティフィン)  
を中休みに食べます



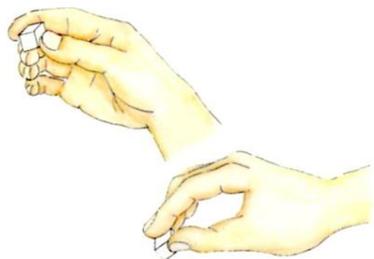
私の今日の昼ごはんは

野菜のカレー

鶏のカレー

豆のスープ です。

# エサム モハメド アブデラリム さん <エジプト>



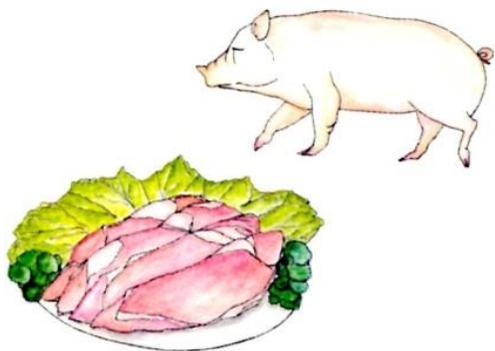
私は **右手** を使って  
食べることが  
多いです

食事の後のあいさつ

あるはむどいっラー

الحمد لله

(神様、ありがとう)



**豚肉** は  
食べません



学校での  
昼ごはんは  
**給食を食べます**



炒った米と生米を  
一緒に炊いた  
ごはんを  
よく食べます



牛乳 ジュース  
コーヒー  
などを飲みながら  
食事します



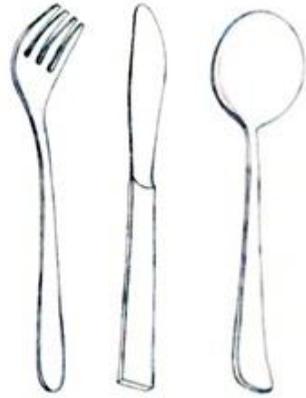
私の今日の昼ごはんは

ミートスープ、

エジプト風に炊いたごはん、

牛肉とグリーンピースのトマト煮 です

# カヴァリエシ パオラ さん <イタリア>



**フォーク ナイフ  
スプーン** を  
使って食べることが  
多いです



**バジル オレガノ タイム**  
などの **ハーブ類** を  
料理によく使います



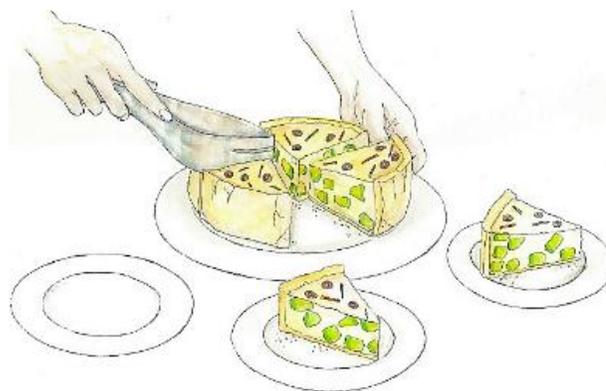
**クリスマス** は  
必ず  
家族と一緒に  
食事します



わたしは  
ベジタリアンなので  
**肉類** は食べません

## 食事の前のあいさつ

ぶおなっぺていと  
**Buon Appetito**  
(よい食欲を)



料理は一人ひとり  
個別のお皿に  
盛り分けます



私の今日の昼ごはんは

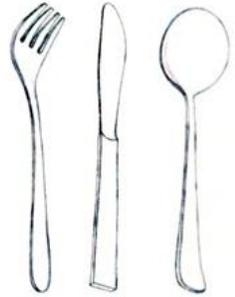
スパゲッティ ペーストジェノベーゼ

トマトとチーズのサラダ

ティラミス

です

# シュテフアニー アレント さん <ドイツ>



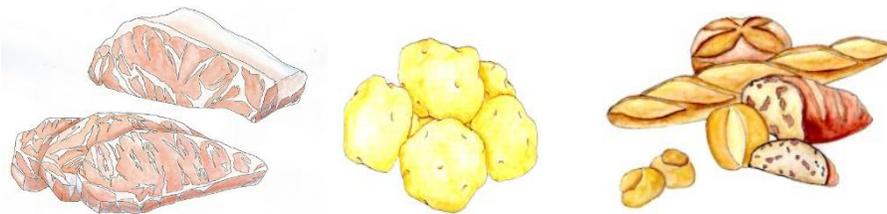
**フォーク ナイフ  
スプーン**  
を使って  
食べる人が多いです

食事の前のあいさつ

グーテン あぺていと

**Guten Apetit**

(よい食欲を)

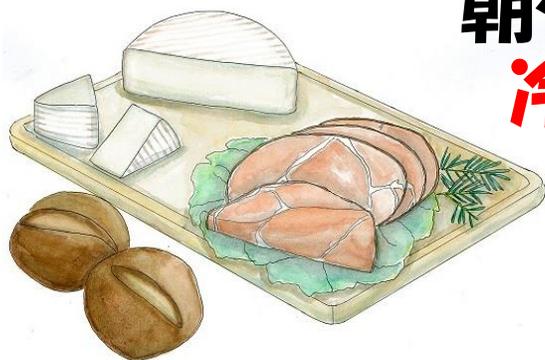


**肉類 ジャガイモ パン** は  
ほぼ毎食でます



週末だけは家族そろって  
食べますが  
平日は3食とも  
**家族バラバラで**  
食べます

昼は温かい料理も  
食べますが、  
朝夕は火を使わない  
冷たいものを食べます



午後5時ごろの  
コーヒーアワーという時間に  
おやつを食べます



私の今日の昼ごはんは、

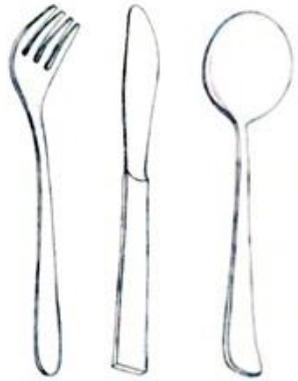
クッキー

ジャガイモサラダ

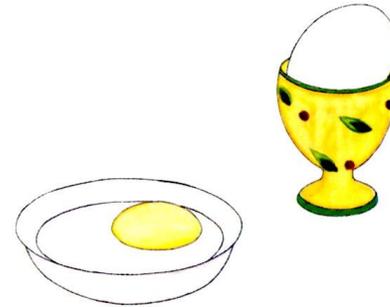
フレッテン(ハンバーグ)

です

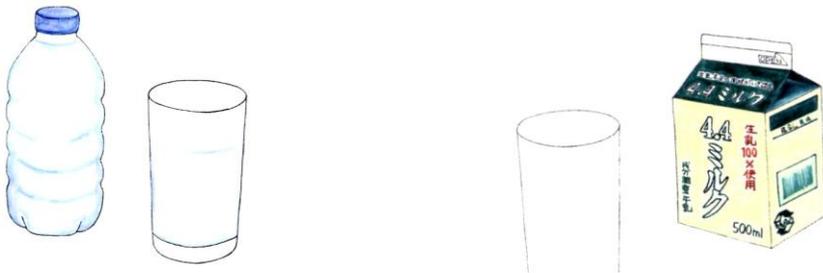
# クリストファー キャンベル さん <アメリカ>



**フォーク ナイフ  
スプーン**  
を使って  
食べる人が多いです



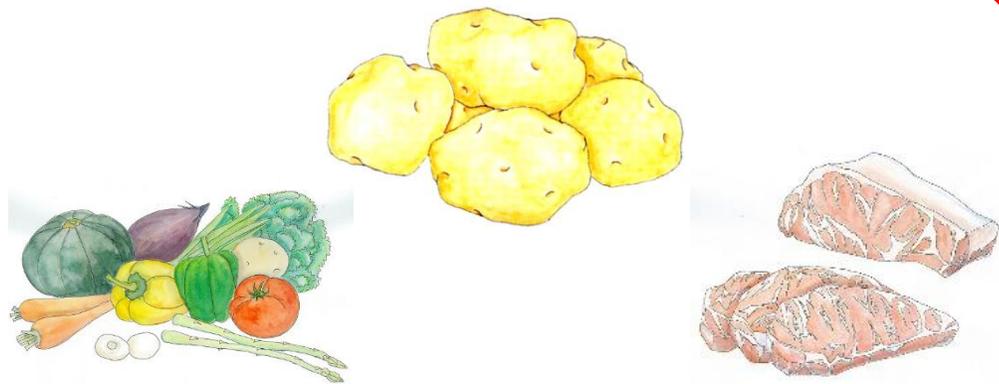
**生卵** は  
食べる習慣が  
ありません



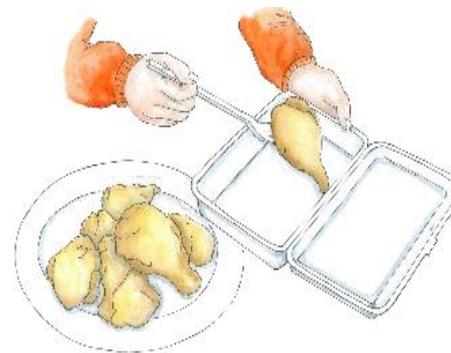
食事に**水**や**牛乳**を  
よく飲みます



学校での  
昼ごはんは  
**学校の食堂**で  
食べます



**野菜 ジャガイモ 肉 は**  
**ほぼ毎日食べます**

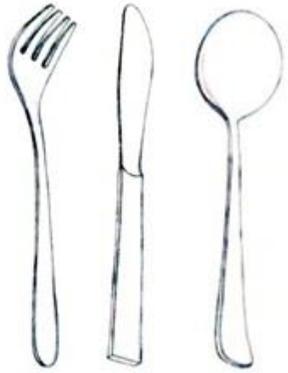


**レストランで**  
**食べ残したものは**  
**パックに詰めて**  
**家に持ち帰ります**



**私の今日の晩ごはんは**  
**チリコンカルネ です**

# 奥村 ルシア 克子 さん <ブラジル>



フォーク ナイフ  
スプーン を  
使って  
食べる人が多いです

食事の後のあいさつ

えすとう さていすふえいと

**Estou satisfeito** 男

えすとう さていすふえいた

**Estou satisfeita** 女

(もう満腹になりました)



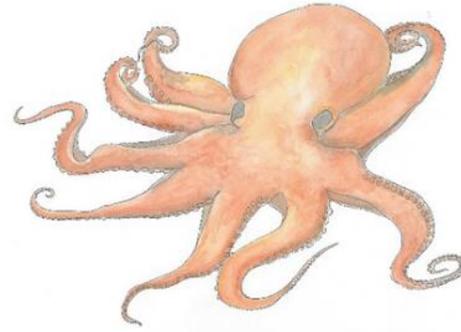
主食は 水で炊いたお米  
タロイモ 豆類 などです



食事中に  
ガラナジュース コーラなど  
甘いものをよく飲みます



日曜日の昼は  
家族・親せきと  
食事します



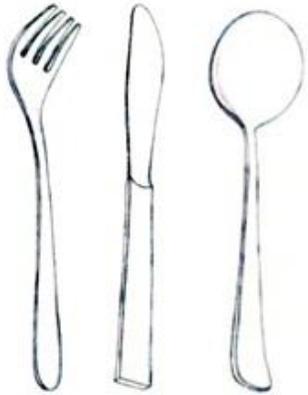
タコ は  
苦手な人が  
多いです



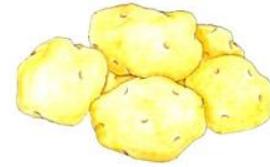
私の今日の昼ごはんは

- コウベ フェホガード(野菜の細切り炒め)
- アホース ドセ (ライスフディング)
- フェイジョン (豆の煮込み:ご飯にかける)
- アホス テンペラード (ピラフ) です

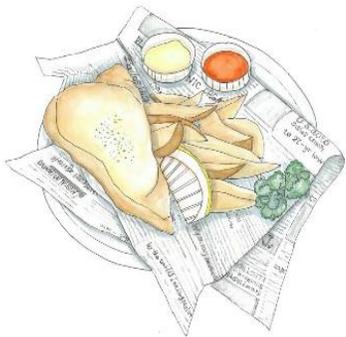
# フルース マアウガ さん <ニュージーランド>



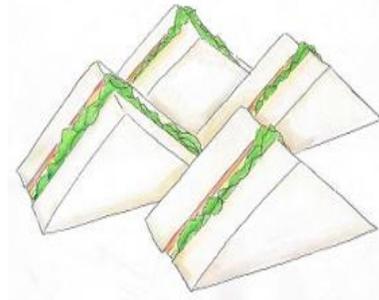
**フォーク ナイフ  
スプーン**  
を使って  
食べる人が多いです



主食は **米** **パン** や **ジャガイモ**  
**サツマイモ** **タロイモ**  
などいろいろです



普通はテーブルで  
食べますが、  
フィッシュ&チップスは  
**新聞**の上に置いて  
食べることもあります

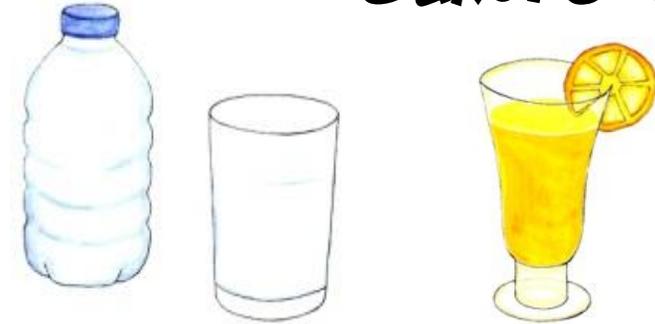


学校の昼食は家から  
**サンドイッチ**を  
持っていきます



一日2回  
モーニングティー  
アフタヌーンティー  
というお茶の時間におやつを食べます

食事中に 水 フルーツジュース  
を飲みます



私の今日の晩ごはんは

フィッシュ&チップス

パブロバ

です