

令和6年5月8日(水)



【洋食料理献立】

●献立 はちみつパン・牛乳・麦入り野菜スープ・かぼちゃコロッケ・ひじきサラダ

○ 麦入り野菜スープ

- ▼ 麦を軽く洗っておきます。
- ▼ 熱したサラダ油に鶏肉、ベーコンを入れ炒めます。それに、人参、玉ねぎを加え炒めます。水を入れます。温かくなってきたら、無添加チキンブイヨンを加えます。麦、白ワイン、調味料を加え、味を調えます。最後にほうれん草を加えたら出来上がりです。

○ かぼちゃのコロッケ（加工品）

- ▼ 油でかぼちゃのコロッケを揚げます。

○ ひじきのサラダ

- ▼ ごま油ベースの手作りドレッシングを作り、冷やしておきます。
- ▼ きゅうり、ホールコーン、戻したひじきをスチームコンベクション（焼く・蒸す・煮る調理機器）で蒸し、真空冷却機で冷やします。
この具材を手作りドレッシングで和えます。

【ひじきのサラダ（1人分）】

ひじき1g ホールコーン10g きゅうり25g

（ドレッシング）淡口しょうゆ1.2g 酢1g さとう1g ごま油0.5g

※学校給食では、さとうは「中白糖」酢は「穀物酢」を使っています。参考までに・・・

今日の給食

