

★ 給食ブログ ★



2024年 3月 12日 (火)



きょうのこんだて



- とり 鶏めし
- ぎゅうにゅう 牛乳
- にくだんご 肉団子
- キャベツのごま和え



< 給食ニュース >



今日の和え物は「キャベツのごま和え」でした。キャベツとにんじんをスチームコンベクションオーブンで蒸して、真空冷却機という機械で冷やして、ごまと調味料を加えて和えます。ごまは、「いりごま」と「すりごま」をミックスして使っています。弾けるような食感を楽しめる「いりごま」と、香りや風味が増して、しかも栄養の消化吸収率が高い「すりごま」の、それぞれのいいとこどりができます。「お野菜おいしかった!」の感想を、あちこちで聞くことができてうれしかったです。