

食育ニュース

10月5日(月)

さんまとかぼちゃを
のせましょう。

副菜皿

しおづ
塩こぶ漬け

牛乳

深皿

かばやどん
さんまの蒲焼き丼

よしのじる
吉野汁

飯椀

秋の味覚の代表格といえは「さんま」です。今日は甘辛いタレとからめた蒲焼き丼で味わってみましょう。

吉野汁の「吉野」の名は、**くず粉の産地、奈良県吉野地方**から付けられています。くず粉は、「くず」という植物の根からとったデンプンで、汁物にとろみをつける役割があります。

同じように、**じゃがいも**のデンプンから作られる粉は料理によく使われる「かたくい粉」です。また、**とうもろこし**のデンプンは「コーンスターチ」といい、主にお菓子作りに使われます。

給食室の様子



さんまとかぼ
ちゃに粉をつ
け、骨までカリ
ッと揚げまし
た。



手作りのたれにくぐらせて、
蒲焼きにしました。

