



あじわいだより

給食センターから、こんにちは。

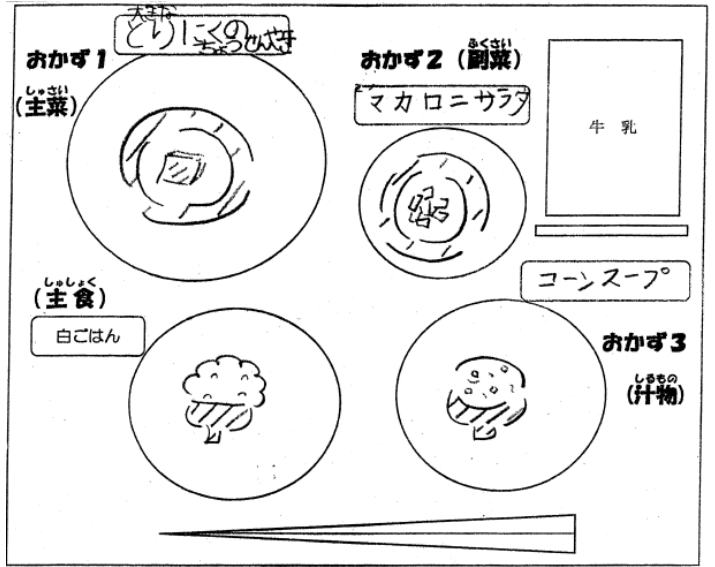


おおもりしょう さくせいこんだて 大森小作成献立!

2月26日(月)の献立に注目👁️

「みんなが大好きで、心がポカポカになれる献立を」と考えてくれました。

とりにく 鶏肉の【たんぱく質(赤)】、サラダの【ビタミンや食物繊維(緑)】、コクのあるスープの【脂質(黄)】やご飯の【炭水化物(黄)】がそろっています🌟



今年度給食に登場した、「こめWコッペパン」ができるまでの道のりが、動画(山形県学校給食会作成, YouTube)になりました!
【給食センター】以外の場所でも、給食について考え動いている人たちがいます。ぜひ、QRコードから見てください♪

プロジェクトW ~おいしい米粉パンへの挑戦~



[調理員ブログ - 東根市学校給食センター \(higashine-school-lunch.jp\)](http://higashine-school-lunch.jp)

↑また、【東根市学校給食センター】で働く調理師さんたちのブログも、先日公開されました🌸 普段なかなか見られない👁️ 調理場の写真も…?!🌟

別紙クイズの答え...おおよそ12倍

給食の肉じゃが、うちの肉じゃが。

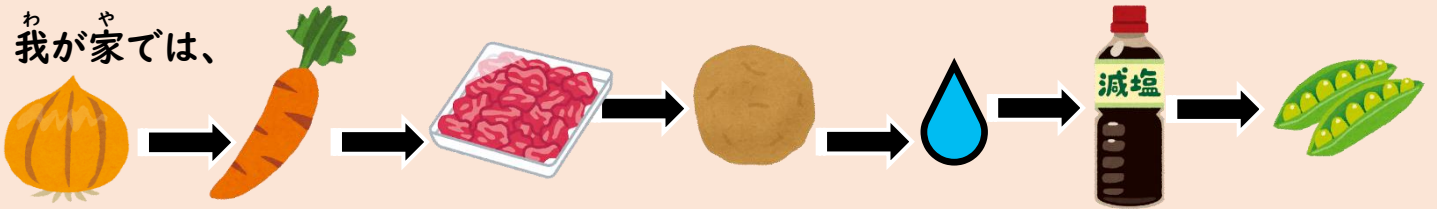
肉じゃがの具材といえば？

2月の給食にも出ました、肉じゃが。よく見る肉じゃがの具は、豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、グリーンピース でしょうか。しょうゆなどで味付けします。

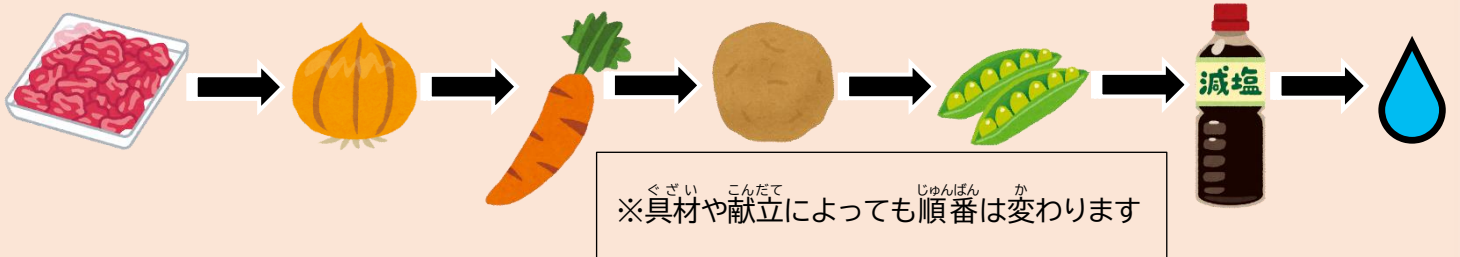
肉じゃがの具材を調理する(おなべに入れる)順番といえば？

生の野菜を調理する時、「じっくり火にかけたいもの」「サッと熱を通したいもの」「低め温度でコトコト煮込みたいもの」などに分けて、調理する順番を決めます。

我が家では、



でした。甘みを出す野菜を先に炒めて、みどり鮮やかなグリーンピースは最後にサッと火にかけます。皆さんのご家庭ではどうですか？ 給食の場合を見てみましょう。



大量のお肉が、大きな釜の熱にしっかり触れて火が通るよう最初に投入されます。

具材や調味料を全て加えてから、あらかじめ決めた体積分まで水を加えて煮込むことで、味付けが安定します。大量調理と家庭料理、それぞれの量や調理器具にあった調理の工夫があります。考えて工夫し、おいしくできると嬉しいですね。

クイズ！

わかめを水で

「もどす」と おもさ 倍

