

給食試食会

平成30年9月14日

今日の献立

わかめごはん 牛乳

なすベーあげ キムチ そうめん汁

エネルギー 678 k a l

きなこのブラマンジェ

タンパク質 28.4 g

なすベーあげ (1人分)

なす 1/2個

ベーコン 1/2枚

てんぷら粉 適量

水 適量

揚げ油

しょうゆ 3g

酢 1g

(作り方)

なすに深く切り込みをいれる。

ベーコンをはさむ。

衣にくぐらせ揚げる。

きなこのブラマンジェ (1人分)

きなこ 2.5g

調理用牛乳 37g

生クリーム 6g

グラニュー糖 12g

粉ゼラチン 0.85g

水 4.3g

(作り方)

ゼラチンを分量の水でふやかしておく

鍋に牛乳、生クリームをいれ加熱し

80℃位になったらグラニュー糖をいれ

火を止める。ゼラチンを加え溶かす。

きなこをいれる。

*今日は人気のなすベーあげときなこのブラマンジェです。

なすを嫌いな子はとても多いのですが、ベーコンをはさんであることでとても食べやすくなっています。

酢しょうゆをかけて食べます。

きなこのブラマンジェは食感と甘さがとてもいいデザートです。

☆献立作成上の配慮

*栄養バランスのとれた献立

学校給食で定められている栄養量を摂取できるような献立を作成しています。また、食品から摂取できる栄養が、体にどのような働きをするか学んでもらうことも大きな目的としています。

*安全性を考慮した献立

食品添加物の少ない食材を選び、手作り給食につとめています。

*多くの食品を取り入れる

子供たちの好きな食べ物だけでなく、あまり好まないものも工夫して取り入れるようにしています。いろいろな食べ物を食べて食の経験をしてもらえればと思っています。

☆衛生面での配慮

調理前の水質検査をしています。

毎日清潔な調理服を身につけ、材料の下洗いと調理、その用途にあわせてエプロンと手袋をしています。

納品された食材は、品質や品温、賞味期限などを確認しています。

仕上がり中心温度を測っています。

調理後できるだけ早く食べてもらえるように調理時間を工夫しています。

食器や調理器具は熱風消毒し、調理台やワゴンなどは洗浄後アルコール消毒しています。

