

# 2月9日(金)の給食



## 献立



献立	材料
ロコモコ丼	米 豚ミンチ 塩・こしょう 玉ねぎ 人参 パン粉 牛乳 キャベツ 卵 デミグラスソース ケチャップ コンソメ
れんこんの ごまマヨサラダ	れんこん わかめ 人参 ごま マヨネーズ しょうゆ
マセドアン サラダ	きゅうり パプリカ チーズ 大豆 ドレッシング
パインかん	パインジュース 寒天 砂糖 水
コンソメスープ	コーン パセリ コンソメスープ 塩 こしょう



# チーズ

## 十種類のチーズって？

乳、バターミルク、クリームなどを乳酸菌で発酵させ  
または酵素を加えて凝固させたもの

## 種類がいーっほい！

多数のガス孔が特徴で、フォンデュに欠かせない  
エタンメル、サンドイッチやピザなどに多く利用される  
ゴーダ、日本では粉チーズの代名詞でもある  
イタリア原産の超硬質チーズ、パルメザン。他にも  
カマンベール、チェダー、クリーム、ブルー などたくさん!!

## 栄養素

チーズにはカルシウムが多く含まれており、またビタミンA  
ビタミンB<sub>2</sub>も豊富で、美容と健康にうれしい食品です♡