

6月24日(火)の給食

707kcal



献立



献立	材料
ごはん	米
鶏つくね	鶏ミンチ 玉ねぎ しいたけ おろししょうが 酒・片栗粉 塩・こしょう 濃口しょうゆ 酒・みりん 砂糖
小松菜の 煮浸し	小松菜 白菜 にんじん 和風だし 薄口しょうゆ みりん風調味料 砂糖
玉ねぎの おかかマヨ サラダ	玉ねぎ きゅうり 赤パプリカ マヨネーズ かつおぶし 塩
なすのみそ汁	なす 青ネギ みそ 和風だし
はちみつ レモンゼリー	はちみつレモン アガー 砂糖 水



Home made
CAKE
海藻から生まれたゼリーの素

アガー

栄養

アガーは、海藻やマメ科の種子から抽出された成分を原料とする凝固剤で、主に水ゼリーやデザートに使われる。
栄養面では、低カロリーで食物繊維が豊富。

ゼラチンや寒天との違い

ゼラチンは動物性たんぱく質、寒天は海藻由来でアガーはそれらの中間のような食感と性質を持っている。

その他

- ・アガーは医療分野では培養基としても利用される。
- ・アガーは冷蔵だけでなく料理のソースやドレッシングなど様々な用途に活用できる。