

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

アカー

○栄養

アカ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、主に水ゼリーやチーズに使われる。

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カ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

アカーは医療分野では培養基としても利用される。

アカーは冷菓だけでなく料理のソースやドレッシングなど、様々な用途で活用できる。