

6月27日(月)の給食



797kcal

献立



献立	材料
ごはん	米
肉団子の うま煮	豚ミンチ 塩・こしょう 酒 おろししょうが 白菜 にんじん しいたけ うずらの卵 しらたき ごま油 鶏ガラスープ 酒 薄口しょうゆ オイスターソース 砂糖 片栗粉・水
きゅうりの 酢の物	きゅうり たこ わかめ 酢 薄口しょうゆ 砂糖
ブロッコリー のマヨポン サラダ	ブロッコリー かにかま コーン マヨネーズ ポン酢
カルピス ゼリー	カルピス アガー 砂糖 水



しいたけ



しいたけは食用きのこの代表選手の1つで、煮物やか
金目物などに欠かすことのできない食材です。
しいたけを干した乾燥しいたけは食料保存に最適。
香りやうまみを凝縮させていて、水で戻すだけで調理できて
大変便利です。乾燥しいたけはおもに香りやうまみ成分を
生かす調理に向いていて、生のしいたけは食感や風味
をそのままの1に活かしています。