

10月27日(木)の給食

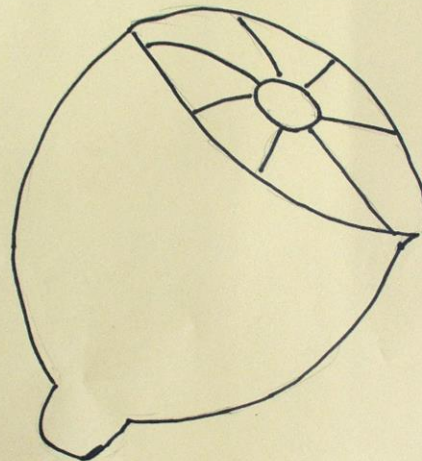
789kcal

献立

献立	材料
ごはん	米
レモンチキン	鶏もも肉 片栗粉 薄口しょうゆ 砂糖 レモン汁 塩・粒こしょう
きんぴら れんこん	れんこん ごぼう にんじん こんにゃく ごま油 和風顆粒だし 濃口しょうゆ 砂糖 みりん
春雨サラダ	たかのつめ 春雨 きゅうり ハム コーン ごま油 薄口しょうゆ 酢 砂糖
中華風 卵スープ	卵 青ねぎ 鶏ガラスープ 薄口しょうゆ 塩・こしょう
杏仁プリン	牛乳 砂糖 アガー 水 アーモンドエッセンス いちごソース



レモンについて



レモンには、大量の7エン酸が含まれており、これを利用して水垢や汚れを落とすことができるため、家庭内で掃除に用いられることがある。また、リンゴなどのペリロカ褐色に変色しやすいものにレモン汁をかけることで変色を防ぐことができる。
レモン100g当たりの栄養価

110リ - 29kcal, 炭水化物7.32g, 脂質0.32g, タンパク質1.12g