

5月23日(火)の給食



562kcal



献立

献立	材料
中華丼	米 豚もも肉 白菜 玉ねぎ にんじん 油 水 鶏ガラスープの素 濃口しょうゆ オイスターソース 酒 砂糖 塩・こしょう 片栗粉・水
かぼちやの煮物	かぼちや れんこん こんにやく さやいんげん 和風だし 薄口しょうゆ 砂糖 みりん
ゆかり和え	キャベツ きゅうり ゆかり 塩
すまし汁	木綿豆腐 しめじ 青ねぎ 和風だし 薄口しょうゆ 塩
水ようかん	こしあん 水 寒天 塩

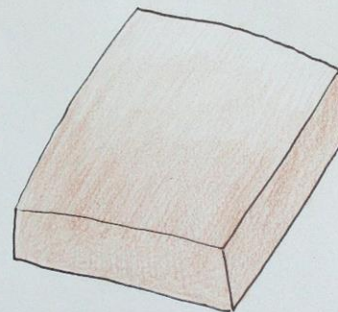


水ようかん

水ようかんとは、

あんこを寒天で固めた
羊羹の一種

水ようかんは水分が多い
のでゼリーのおに弾力性
のある柔らかい口当たりが
特徴



水ようかんは江戸時代の
中葉月に作られたのが最初とされている

水分量が多い水ようかんは
練りようかんに比べカロリー
が低いいため、カロリーを気にする
方におすすめのお菓子