

5月6日(木)の給食

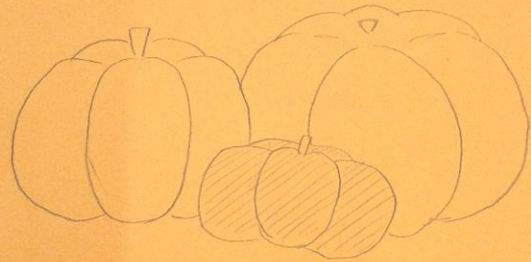
943kcal 

献立

献立	材料
ごはん	米
鶏のパン粉焼き	鶏もも肉 天ぷら粉 水 塩・こしょう パン粉 パセリ
コールスローサラダ	キャベツ 人参 ロースハム コーン マヨネーズ 酢 砂糖 塩・こしょう
ブロッコリーと青菜のごま和え	ブロッコリー 小松菜 すりごま 薄口しょうゆ 砂糖
かぼちやのポタージュ	かぼちや 玉ねぎ バター コンソメスープ 牛乳 塩・こしょう パセリ
マスカットかん	マスカットジュース 寒天 砂糖 水



かぼちやについて



カボチはウリ科カボチ属に属する果菜の総称である。果実を食用とし、ビタミンA、ビタミンC、ビタミンEなどのビタミン類を多く含む緑黄色野菜に分類される。

皮は硬いものの、長時間煮るとで柔らかくして食べることもできる。

サツマイモと同様に、カボチにもデンプンを糖に分解する酵素が含まれているため、貯蔵によってあるいは低温でゆくり加熱することによって甘味が増す。11月、12月収穫直後よりも4月収穫後、約1ヶ月後頃が糖化のピークが食べ頃となる。