

9月 4日 (金)

豆乳マカロニグラタン[米粉]

今日は「豆乳マカロニグラタン」には、いつものマカロニグラタンで使っている牛乳やクリームなどの乳製品と小麦粉を使っていません。牛乳やクリームの代わりに豆乳、小麦粉の代わりに米粉などを使っています。



きょうのこんだて

コッペパン（ママレード）
ぎゅうにゅうとうにゅうマカロニグラタン【こめこ】
トマトスープなし（にじっせいき）

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、ママレード マカロニ（こめこ） あぶら、じょうしんこ パンこ（こめこ）、オリーブ油
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅうベーコン、とうにゅうけいにく
みどり	おもにからだのちょうしきととのえる たまねぎ、マッシュルーム にんじん、グリンピース、セロリ キャベツ、トマト（かん） にんにく、なし（にじっせいき）

クイズ4 豆乳マカロニグラタンに使われている調味料はつぎのどれでしょう。

- ① みそ ② ソース ③ カレー粉

一口メモ

○大阪市の給食は9、10月を「食物アレルギー対応サポート月間」としています。この2か月は乳や小麦、たまごなどにアレルギーがある子も給食を食べることができるようこんだてを考えています。

今日の主菜は「豆乳マカロニグラタン」です。

通常のグラタンは、小麦粉で作られたマカロニやパン粉、牛乳を使って作ります。今日は、米の粉で作ったマカロニとパン粉、牛乳の代わりに豆乳、とろみは、米の粉の上新粉を使っています。

今週は、「生活振り返り週間」です。



マカロニ (米粉)



パン粉 (米粉)

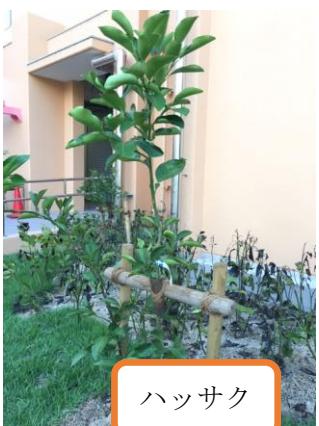


豆乳



上新粉

○昨日お知らせしたミカンの木のほかにも、校庭には、実のなる木があります。ミカンの木の横には、ハッサクとビワの木があります。



セロリ	長野県	たまねぎ	北海道	にんにく	青森県
にんじん	北海道	キャベツ	群馬県	マッシュルーム(水煮)	茨城県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③