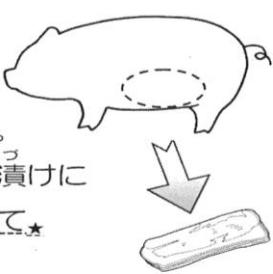


2月18日(金)

ベーコン

ベーコンは、ぶた肉であります。
ぶたのおなかの肉（ばら肉）を塩漬けにした後、けむりで長い時間いぶして、よい香りをつけます。
ベーコンは、調理のはじめにいためてあぶらを出すことで、うま味が出ておいしくなります。

★ けむりでいぶす…よい香りのする木材を燃やして肉の表面に香りをつけること。



きょうのこんだて

レーズンパン
ぎゅうにゅう
ぎゅうにくのデミグラスソースに
コーンスープ
かぼちゃのプリン

き	おもにエネルギーのもとになる レーズンパン あぶら、クリーム、さとう
あ	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう ぎゅうにく、ベーコン、たまご
み ど り	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、りんごピューレ グリンピース、パセリ、コーン にんにく、スイートコーン かぼちゃ、はくさい、にんじん

クイズ13 かぼちゃを英語で何というでしょうか。

- ① ラディッシュ ② パンプキン ③ エッグプラント

一口メモ

今週は、「食育週間」です。食について考えましょう。

○今日の主菜は「牛肉のデミグラスソース煮」です。

にんにくをいためて香りを出して、ワインで下味をつけた牛肉、たまねぎをいためてから煮こみ、しお、こしょう、りんごピューレ、デミグラスソース、ウスター



りんごピューレ

デミグラスソース



ソース、ケチャップで味つけしました。デミグラスソースとりんごピューレを加えることで味にまろやかさとうまみをプラスしています。デミグラスソースは、西洋料理の基本的なソースです。ブラウンソースを煮つめて風味づけをしたものです。

○今日のデザートは、給食室で手作りしている「かぼちゃのプリン」

です。かぼちゃペーストとたまご、牛にゅう、クリーム、さとうを合わせてクラスごとの容器に入れて、210度で30分間蒸し焼きにしました。

【おまけクイズ】

給食で手作りしているデザートは、どれでしょうか。



- ① ちまき ② ぶどうゼリー ③ スイートポテト

はくさい	愛知県	たまねぎ	兵庫県	にんにく	青森県
にんじん	愛知県	パセリ	香川県	コーン(冷)	北海道

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：② おまけクイズの答え：③