

令和4年 4月 20日(水)



今日の南中給食



メニュー

- ・ガーリックライス
- ・ローストチキン
- ・ゆで野菜
- ・マカロニスープ
- ・牛乳



今日の栄養メモ

今日のローストチキンは、からしやんにんにく、たまねぎといった食材や調味料で漬け込みスチームコンベクションという大きなオーブンで焼きました。

マカロニスープは、豚骨^{とんこつ}でだしをとり、にんじんや玉ねぎなど多くの野菜を入れて煮込み^{にこ}ました。マカロニは、パンやてんぷら粉とは種類が違うデュラム小麦を粗びきにしたデュラム・セモリナを原料とします。その特徴は、良質のたんぱく質^{たんぱく}を含み、弾力性に富^{だんりょくせい}んでいるので生地^{生地}の形成がしやすく、ゆでてでもコシが強く形がくずれにくいことです。まさにマカロニにぴったりの小麦粉です。