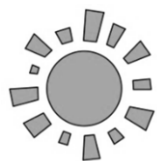
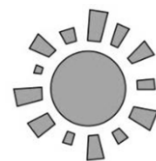


令和3年 12月8日(水)



# 今日の南中給食



## メニュー

- キャベツ入りガーリックパスタ
- ほうれん草とコーンのソテー
- 黒ゴマとチーズのパン
- 牛乳



## パンは何からできている？

おいしくてふっくらとしたパンを作るためには、小麦粉、水、砂糖、塩、イースト（パン<sup>こうぼ</sup>酵母<sup>さいていげんひつよう</sup>）が最低限必要です。

小麦粉は水と一緒にこねることによって、粘り<sup>ねば</sup>や弾力<sup>だんりょく</sup>のある生地になります。イーストはパンをふっくら<sup>ふく</sup>膨らませるために必要です。

砂糖と塩は、味付けのためだけに使われるのではありません。

砂糖はイーストの栄養分になり、発酵を早める働きがあります。

塩は逆に発酵しすぎるのを防ぎます。このように砂糖と塩は、

まったく逆の働きをしているのです。

今日のパンは、手作りパンです！  
調理さんが一生懸命丁寧に  
丸めてくださりました！

