

8・9月給食だより



基山学校給食センター

7月23日に給食センターの見学・体験・試食会を実施しました。沢山のご応募ありがとうございました。その時の様子を報告します。

☆給食センターの概要説明と身支度

はじめに、給食室の1日の動画を見て、身支度をします。

☆給食センター見学・体験 調理室に入って、見学・体験をします。

●裁断機で野菜を切るところを見学

●釜での調理・配缶体験



高速で野菜が切れる！



☆試食 ランチルームで給食の試食です。



重たいよ～！

●洗浄室見学

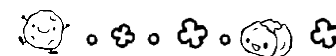


食器洗うのも大変そう

おいしい～♪



試食会レシピ



◆おからドーナツ

- 【材料】 5個分
- ・蒸しパンミックス 200g
(ホットケーキミックスでもO.K.)
 - ・おから 66g
 - ・牛乳 125ml
 - ・揚げ油 適量
 - ・砂糖 まぶす用



【作り方】

- ①蒸しパンミックス、おから、牛乳をボウルに合わせてこねる
- ②5等分し、丸めて、真ん中に穴を開ける。★大きめに穴を開けるのがポイント！
- ③低めの温度(160～170度)で片面2分ずつくらい揚げる(焦げやすいので注意)
- ④砂糖をまぶして完成！

◆キッシュ

- 【材料】 アルミカップ4個分
- ・粉チーズ 小さじ4
 - ・たまご 2個
 - ・ほうれん草 1/5束(40g)
 - ・玉ねぎ 1/2個
 - ・しめじ 1/5株
 - ・ベーコン 1.5枚
 - ・牛乳 80ml
 - ・塩 小さじ1/6
 - ・油 小さじ1

- ①ベーコン、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草を油で炒め、塩で調味する。
- ②卵はよく混ぜ、牛乳、粉チーズとあらかじめとれた①を入れて混ぜ合わせる。
- ③アルミカップに②を流し入れ、170度のオーブンで12分焼く。少し焼き目がつくくらいが美味しいです★

フルーツポンチは、缶詰のみかん、パイン、ももを食べやすい大きさにカットして、みかんとパインの缶詰のシロップで和えれば完成♪簡単でおいしいです★

