

9月もぐもぐ通信



基山学校給食センター

7月22日に給食センターの見学・体験・試食会を実施しました。たくさんのご応募ありがとうございました。その時の様子を紹介します。

給食センター見学・試食会

給食ができるまでの動画視聴

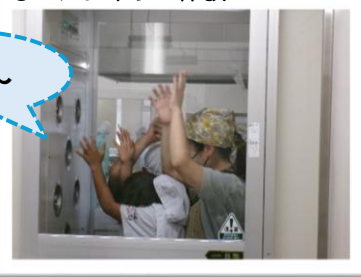


スチコン見学



おお
大きい!!

エアシャワー体験



かぜつよ
風強い~

野菜裁断見学



釜での調理・配付体験



ま
混ぜるの難しい

食器洗浄の見学



おも
重い



★メニュー★

- ・チキンライス
- ・フーフーチキン
- ・のりしおポテト
- ・オレンジポンチ



試食会レシピ

★フーフーチキン については6月のもぐもぐ通信をご覧ください。

★チキンライス

【材料】4~5人分

- | | | | |
|-------|------|----------|--------|
| ・ごはん | 2合分 | ・塩 | 少々 |
| ・鶏こま肉 | 65g | ・ケチャップ | 大さじ5 |
| ・玉ねぎ | 1/4個 | ・ウスターソース | 小さじ1 |
| ・にんじん | 1/4個 | ・油 | 小さじ1/3 |
| ・ピーマン | 1個 | | |
| ・しめじ | 20g | | |

【作り方】

- ①ご飯を炊いておく。
- ②玉ねぎ、にんじん、ピーマン、しめじはみじん切りにする。
- ③材料をすべて油でいためる。
- ④③に火が通ったら、調味料を加えて炒め合わせる。
- ⑤④と炊いたご飯を混ぜ合わせたら完成。

★のりしおポテト

【材料】4人分

- ・じゃがいも 2個
- ・あおさ 大さじ1
- ・塩 小さじ1/4

【作り方】

- ①あおさと塩は混ぜておく。
- ②じゃがいもを素揚げする。
- ③②に①をまぶす。

★オレンジポンチ

【材料】4人分

- | | |
|-------------|------|
| ・フルーツ缶 | 200g |
| ・アセロラジュレ | 100g |
| ・すいか | 50g |
| (1口サイズにカット) | |
| ・オレンジジュース | 100g |

【作り方】

- ①フルーツ缶の汁を切る。
- ②材料をすべて混ぜる。

好きなジュレやフルーツ
で作っててください!!

