

## 3月4日 の給食メニュー

### ラッキーフラワー給食

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・手作りカレー
- ・マカロニサラダ



体をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの
牛乳 (大分県産)	米 (宇佐市産)	玉ねぎ (北海道産)
豚肉	油	人参 (宇佐市産)
スキムミルク	じゃが芋 (宇佐市産)	にんにく (青森県産)
粉チーズ	バター	りんごピューレ
ハム	小麦粉	きゅうり (宇佐市産)
	マカロニ	コーン
	ハンエッグマヨネーズ	



今月もおいしい給食をお届けします!

ぽくぽくだよい

【マカロニサラダ】

小麦粉には、グルテンというたんぱく質が含まれていて、グルテンが多いほど、水を加えてこねるときに粘りがでます。粘り気の少ないものは薄力粉、粘り気の強いものは強力粉といいます。薄力粉はケーキや天ぷら、強力粉はパンといったように、料理によって、小麦粉を使い分けます。マカロニやパスタは、デュラム小麦といって、グルテンの多い小麦から作られています。