

3月22日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・きゃべつのみそ汁
- ・手作りエッグハンバーグ
- ・ポテトサラダ



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)	えのき	(大分県産)
油揚げ		パン粉		きゃべつ	(宇佐市産)
みそ	(宇佐市産)	じゃが芋	(鹿児島県産)	人参	(宇佐市産)
牛肉		ノンエッグマヨネーズ		ねぎ	(宇佐市産)
豚肉				玉ねぎ	(北海道産)
豆腐	(宇佐市産)			きゅうり	(宇佐市産)
うずら卵				コーン	
ハム					



今月もおいしい給食をお届けします!

ぱくぱくだより

【手作りエッグハンバーグ】

今日は、手作りのハンバーグです。ハンバーグを作るときは、お肉のほかに、パン粉や牛乳などを混ぜてこねますが、それぞれ入れる意味があります。パン粉は、肉汁を吸収して外に出るのを防いでくれたり、牛乳は肉のくさみを取ってくれる役割があります。また、お肉はたくさんこねるほど、焼くときに崩れにくくなります。今日も、調理員さんが一生懸命こねてくれました。よく味わって食べてください。

