

5月12日（水）

「今日の給食」

今日の給食は

チーズチリドッグ

卵スープ

キャロットゼリー

牛乳 です。

今日のゼリーはにんじんを使っています。

にんじんをやわらかくなるまでゆでた後、

ミキサーでピューレ状にします。寒天とオレンジジュース、香り付けのオレンジキュラソーを加えて冷蔵庫で冷やし固めます。オレンジジュースのおかげで、にんじんのにおいが気にならず、おいしく食べられます。にんじんには^{ベータ}βーカロテンが多く含まれていて、皮ふや粘膜を丈夫にする働きがあります。

