

もぐもぐニュース

3月13日の給食

げんまい
・玄米ごはん

こうじや
・さわらのみそ麴焼き

ちぐさ
・千草あえ

こんさい
・根菜のごま汁 ・牛乳



深いおたまで
1杯です



☆ 麴・塩麴について

麴は、しょうゆや味噌、酒などを造る時に欠かせない食品です。魚や肉を柔らかくしたり、食品のうま味をアップさせたりする働きがあります。今日魚に使っている塩麴は、麴に塩を加えて作られる調味料で、万能調味料として、魚や肉の味付けやドレッシングなどに使われています。あじわって食べましょう。

栄養教諭：鷹取