

学校給食だより 秋田っ子給食

NO-162

公益財団法人秋田県学校給食会

7月27日(木)、秋田県学校給食会3階会議室にて、第1回物資委員会を開催しました。

この会議で16品目の物資について安全性、品質、栄養、味覚など9つの観点から評価を行いました。

今回、選定された物資11品目について学校給食だよりNO-162~164にわたって紹介していきます。

選定された物資は令和5年度2学期から給食用物資として供給されることになります。

(物資委員会の協議・選定の様子)



1. 減塩和風つくね



若鶏ムネ肉、6種類の野菜(玉ねぎ、にんじん、たけのこ、ほうれん草、ごぼう、しょうが)は国産を使用しています。使いやすさ、食べやすさを考え、1個当たりの重量を約5~7gと小さくしてあります。かつお節エキス、魚醤を使用し、和風味に仕上げました。塩分をカットし、鉄を強化しました。100g当たり食塩相当量:0.7g、鉄:2.3mgです。

2. 鉄分たっぷり餃子



鉄分を強化しており、1個当り2.8mgの鉄分が摂取できます。具材は国産豚肉をベースとし、野菜をほど良く加え食べ易い餃子となっております。

揚げる…170℃の食油にて約5分、揚げてください。

蒸す…蒸器にクッキングシート等を敷き、蒸気が上がった時点より約10分蒸してください。

焼く…加熱したフライパンに油をひき、冷凍のままぎょうざを並べ、50cc(6個あたり)の水を加えて約3~4分蒸し焼きして、水がなくなりましたら油を入れて焼き目をつけてください。

3. さつまポテト (アレルゲン28品目不使用)



国産のさつまいもを使用し、アレルゲンフリー(28品目不使用)にこだわったスイートポテトです。

自然解凍してお召し上がりください。