

# ほうれん草グラタンができるまで

子どもたちに大人気の給食センター手作りの具たくさんグラタンです



ほうれん草には、鉄分やカロテン、ビタミンCなどの栄養がたっぷり含まれています。輪之内町学校給食センターのグラタンは手作りのホワイトソースにたっぷりのほうれん草を加えた自慢の人気給食メニューです。

<6月16日(火)の給食>  
黒パン  
ほうれん草のグラタン  
ごぼうサラダ  
ジュリエンスープ  
牛乳



①野菜などは、3つの水そうを使って、水を変えながら3回しっかり洗います。



②スライサーで野菜を切ります。



③バターを溶かして、鶏肉、たっぷりの玉ねぎをよく炒めます。



④岐阜県産の小麦粉をふるいながら加えます。

⑥ゆでたマカロニとほうれん草を加え、まぜ合わせます。

岐阜県産のほうれん草がたっぷり入っています



⑤小麦粉がなじんだところへ牛乳を加えます。



⑧グラタンのもとを耐熱カップに入れて、上にとろけるチーズを乗せます。

⑦グラタンのもと、出来上がり (味付けは、コンソメ、塩、こしょう)



800人分のグラタンにチーズのせるよ!!



<スチームコンベクションオーブン>  
給食センターでは、「スチコン」と呼んでいます。蒸気(スチーム)をほどよく当てながら焼き目を付けるオーブンです。魚や肉を焼くときに活躍します。とうもろこしや厚揚げなどの蒸し物もできます。



⑨オーブンでチーズに焼き目がつくまで焼きます。(12分ぐらい)

おいしそうに焼けてきました!



⑩クラスごとに数をしながら、食缶の中へ入れます。