

吉和学校給食センターのデザート

給食では、吉和地域で栽培されているいちごを使用して作りました。

運動会に合わせて、赤組の子は赤(いちご寒天)、白組の子は白(ミルク寒天)が上になるように固めたものを提供することで、士気を高めました。



いちごとミルクの紅白寒天

■材料（4人分）

【いちご寒天】

・いちご(生または冷凍)	60 g
・砂糖	大さじ2
・粉寒天	0.8 g
・水	80 g

【ミルク寒天】

・牛乳	100 g
・砂糖	大さじ2
・粉寒天	0.8 g
・水	60 g

■作り方

【いちご寒天】

- ① 粉寒天と1/3量の水を鍋に入れ、混ぜながら沸騰させる。
- ② いちご、砂糖、残りの水を鍋に入れ、果肉をつぶしながら加熱する。
※生のいちごを使う際は、あらかじめみじん切り等、細かくしておく。）
- ③ ①と②を合わせ、粗熱が冷めたらゼリーカップに流し、冷蔵庫で固める。

【ミルク寒天】

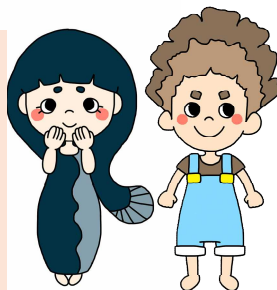
- ① 粉寒天、水、砂糖を鍋に入れ、混ぜながら沸騰させる。
- ② 牛乳を鍋に入れ、加熱する。
- ③ ①と②を合わせ、粗熱が冷めたら、固まったいちご寒天の上に流し、冷蔵庫で固める。



あまごちゃん

栄養価

・エネルギー	60kcal
・たんぱく質	0.9 g
・脂質	1.0 g
・炭水化物	12.9 g
・食塩摂取量	0.0 g



うなちゃん

まいきち

※学校給食は加熱調理を基本としてます。調理方法や味付けはご家庭で調整してください。