

きょうのこんだて

3がつ14にち

ごはん(ふりかけおかか)

ABCスープ

メンチカツ

うみとはたけのサラダ



きょうのポイント

パン粉

パンを乾燥して粉状にしたものが「パン粉」です。種類としては生パン粉、ソフトパン粉、ドライパン粉があります。生パン粉は焼きあがったパンを大きな破片状にしたもの(水分35%)、水分が20%になるように乾燥させたものはソフトパン粉、ドライパン粉は水分が12%になるように乾燥させたものです。

