

きゅうしょくセンターから こんにちは ～給食レシピの紹介～

★揚げパン★



給食の人気メニュー

給食の懐かしいメニューと言えば、いつも上位に上がってくるのは「揚げパン」ですね。蕨でも人気メニューの1つで、子供たち・先生たちからも、『もっと食べたい』とリクエストがあがってきます。甘くておいしいですが、食べ過ぎには注意しましょう！



材料	4人分 (g)	目安量	切り方
コッペパン	240	4個	揚げ油 (新油)
油	適量		
◎砂糖味 砂糖	26	大さじ3	混ぜておく
◎ココア味 砂糖 純ココア	40 3	大さじ4強 小さじ1と1/2	
◎きな粉味 きな粉 砂糖	7 28	小さじ2強 大さじ3	
〈作り方〉			
① 鍋に油を入れ、火にかける。			
② パンをさっと揚げて、好みの粉をパンにまぶして完成！			
※ 油は水道に流さずに、冷めてから紙等で吸い、可燃ゴミとして捨てましょう。			

揚げパンの歴史

揚げパンは、昭和30年代頃から、学校給食に登場し始めました。当時、給食で残ったパンを休んだ児童生徒に届けていましたが、時間が経ち、パンが固くなってしまいました。その残ったパンを、おいしく食べられるように考えられたのが、「揚げパン」です。砂糖をまぶしてあるので、食をとりまく環境が厳しい時代には、栄養価が高く貴重な食べものとして重宝されていました。現在では、さまざまな味をつけてアレンジがされています。

※現在は、衛生面を考慮して給食を持ち帰るのは禁止されています。

