

自校の特色ある献立

宗賀小学校

献立名	ゆめの森蒸しパン
由来	<ul style="list-style-type: none"> ・宗賀の本山は、そば切り発祥の地である。 ・宗賀には、平出遺跡があり、太古の人々が食べていたであろうと思われる木の実を使う。 ・緑化コンクールに入選した宗賀小学校のゆめの森には、木の実がなる。
特産物の利用	<ul style="list-style-type: none"> ・そば、木の実
活用方法	<ul style="list-style-type: none"> ・通常の給食で活用。そばと木の実を使った献立を『ゆめの森』と名づける。
レシピ	<p>材 料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・そば粉 10 g ・小麦粉 15 g ・ベーキングパウダー 0.8 g ・砂糖 8 g ・卵 10 g ・牛乳 10 g ・くるみ 0.5 g ・松の実 0.5 g ・甘納豆 5 g <p>・アルミカップ 1ヶ</p> <p>作り方 そば粉、小麦粉、ベーキングパウダーを振るっておく。 に砂糖を加える。 卵と牛乳を入れて混ぜ、水を足して固さを調節する。 くるみ、松の実を混ぜる。 アルミカップに生地を流し、甘納豆をのせる。 蒸し器で蒸す。</p>