

たまねぎコロッケ

令和 5 年 5 月 8 日
北空知圏学校給食センター

「たまねぎコロッケ」がたまねぎの形になりました!見た目も中身もたまねぎです!

コロッケですが、じゃがいもは使っていません。たまねぎをたっぷり使い、ツナ、にんじん、マヨネーズと混ぜて作られています。



たまねぎの形で
かわいい
コロッケだよ♪

たまねぎの栄養

たまねぎを切ると涙が出てきます。

これは、たまねぎに入っている「硫化アリル」という成分のせいです。この硫化アリルは悪者のようなのですが、血液をサラサラにしたり、胃の働きを良くしてくれたり、体が疲れた時は回復させてくれるなど、良い働きをたくさんしてくれます。

