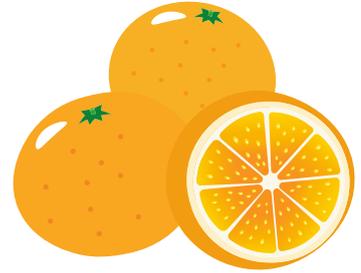


甘くて美味しいみかんの選び方

いつも「MOSだより」をご覧いただきありがとうございます。

冬の果物といえばみかん。こたつに入って食べるみかんは冬の風物詩と言えるほど、私たち日本人にとって馴染み深い果物です。みかんには免疫効果を高める働きがあるので、風邪やインフルエンザが流行するこの季節にはうってつけの食べ物と言えるでしょう。こたつに入って食べるみかん、甘くておいしいものを選びたいですね。そこで今回は甘いみかんを選ぶコツをご紹介します。



みかんの品種によって異なりますが、一般的には色が濃く、皮に張り艶があり、実が小ぶりで平たい形をしているものが甘みがあり美味しいみかんとされています。また、ヘタの切り口が大きいみかんは水っぽい味になりやすいため、切り口の小さなものを選ぶとよいでしょう。年末年始など、家族で集まってみかんを食べる機会もあるかと思しますので、是非お試しください。

MOSウイングでは、そんな「季節」にちなんだお食事の提供にも力を入れています。北九州近郊で給食サービスをご検討の際は、ぜひお声掛けください。

季節の食材はもちろん、行事にあわせた特別イベントメニューも召し上がれ♪



●クリームシチュー



●鯛の塩焼き



●握り寿司

MOSの! おいし〜い料理コーナー♪



- ・エビフライポテト
- ・がんもの煮つけ
- ・イカときゅうりの酢物

エビポテトフライはご覧のとおり、エビの周りにマッシュポテトを巻いてフライにしています。マッシュポテトは柔らかいほうがトロツとして美味しいのですが柔らかすぎるとパン粉を付けるときに崩れやすくなります。

フックリ膨れたエビフライのようで、かわいい姿です。酢物はごま油の風味を効かせています。こってりした料理に酢物はよくあいますね。

エネルギー715kcal たんぱく質26.1g 脂質16.3g
炭水化物111.2g リン349mg カリウム767mg
塩分2.1g (これにご飯200gがついた栄養成分です。)

栄養士・調理スタッフ募集中!

MOSウイングでは、ただいま栄養士ならびに調理スタッフを募集中です。

○栄養士(社員)

勤務地 小倉北区/小倉南区/戸畑区/八幡西区/門司区
時間 9:00~18:00 うち8時間程度
休日 4週8休制
給与 弊社規定による(応相談)

○調理スタッフ(社員・パート)

勤務地 小倉北区/小倉南区/戸畑区/八幡西区/門司区
時間 6:00~19:30の間 (実働5.5時間および8時間)
休日 4週8休制
給与 弊社規定による(応相談)

興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さい!

福祉施設、医療機関、社員食堂、教育機関、官公庁などの集団給食の委託・請負はMOSウイングにおまかせください!

株式会社 MOSウイング

〒802-0053 福岡県北九州市小倉北区高坊2丁目9-25-2F
Tel 093-932-5508 Fax 093-932-5507 <http://www.mos-wing.com/>

ホームページも更新中♪

MOSウイング

検索

「MOSウイング」で検索ください!

