

令和6年6月21日(金)



【長崎郷土料理献立】

●献立 米粉パン・牛乳・ちゃんぽん・鶏肉とレバーの甘酢がらめ

○ ちゃんぽん

▼ 熱したサラダ油に豚肉を入れ炒めます。人参、玉ねぎを加え、更に炒めます。いかを加え炒め、水を入れます。温かくなったら、それに、白湯、鶏豚湯、調味料を加え、味を調えます。揚げかまぼこ、はんぺん、もやし、キャベツを加え、煮ます。ちゃんぽん麺（冷凍）を加え、ちゃんぽんが温まったら出来上がりです。

○ 鶏肉とレバーの甘酢がらめ🍗

▼ 鶏肉（2cmくらい）にしょうが、調味料を加え下味をつけ、でん粉、米粉をつけて揚げます。レバー（粉付き）も揚げておきます。
▼ 甘酢を作っておきます。揚げた鶏肉、レバーを釜に移し、甘酢をかけて混ぜ合わせます。

【作り方】

- 「ちゃんぽん」は6月の「[おすすめ給食レシピ（6月編）](#)」に載せます。6月末にアップします。
 - 「鶏肉とレバーの甘酢がらめ」は[5月31日](#)にアップしています。
- ご覧になってください。

今日の給食

今日は長崎郷土料理で有名なちゃんぽんです。

子供たちも大好きな郷土料理で食缶が空っぽでした。おかわりの行列もできていました。

鶏とレバーの甘酢がらめもよく食べていました。

