

令和6年6月19日(水)



【洋食料理献立】

●献立 コッペパン・牛乳・野菜スープ・ポテトのミートソース・冷凍みかん🍊

○ 野菜スープ

▼ 熱したサラダ油に鶏肉を入れ炒めます。人参、玉ねぎを加え、更に炒めます。水を入れ温かくなったら無添加チキンブイヨンを入れます。それに調味料を加え、味を調えます。キャベツを加え、煮えたら出来上がりです。

○ ポテトのミートソース🍲

▼ ジャがいもを一口くらいの大きさに切り、揚げておきます。
▼ 熱したサラダ油に豚ミンチを入れ炒めます。玉ねぎを更に炒めます。ダーストマトを加え煮、ピーマンを加えます。それに調味料を加え、味を調えます。揚げたじゃがいもを加え、混ぜ合わせます。

○ 冷凍みかん🍊

▼ 長崎県産のみかんを冬場に急速冷凍させてできたのが冷凍みかんです。

【ポテトのミートソース（1人分）】

じゃがいも 65g 揚げ油 適量

豚ミンチ 20g 玉ねぎ 20g ピーマン 3g ダーストマト 6g トマトケチャップ 3g ソース 1g
赤ワイン 1g 塩 0.2g こしょう 0.01g サラダ油 0.5g

☆子どもたちが好きな味です。ご家庭ではチーズなど加えてみてもいいかもですね。

今日の給食

今日の献立は大人気でした。ポテトのミートソースは子供たちが好きな味だったのか、「ミートソース、おいしいです!」と口にほおばっていました。

今日は気温が高く、夏日です。冷凍みかんも子供たちから人気でした。

