

令和6年6月12日(水)

【洋食料理献立】



●献立 コッペパン・牛乳・ごぼうのクリームスープ・キャベツとエリンギのソテー
すいか🍉

○ ごぼうのクリームスープ

- ▼ バター、小麦粉、水溶きスキムミルクで「ホワイトルウ」を作ります。
- ▼ 熱したサラダ油に鶏もも肉を入れ炒めます。それに人参、玉ねぎを加え更に炒めます。ごぼうを加え、水をいれ、具材を煮ます。無添加チキンブイヨンを加え更に煮ます。ごぼうが程よく煮えてきたら、調味料を加え、味を調えます。そして、作っていた「手作りホワイトルウ」を加え、よく混ぜ合わせます。最後にパセリを加えたら出来上がりです。

○ キャベツとエリンギのソテー

- ▼ 熱したサラダ油にホールコーン、粗びきウィンナーを入れ炒めます。エリンギ、キャベツを加え更に炒めます。調味料で味を調えたら出来上がりです。

○ すいか🍉

- ▼ 今日のすいかはマダーボールという品種のすいかです。一玉、2kg前後の大きさでラグビーボールのような形をしています。1人、1/24個でした。

【ごぼうのクリームスープ（1人分）】

鶏もも肉 25g ごぼう 25g 玉ねぎ 35g 人参 15g パセリ 0.3g 水 50ml
食塩 0.5g こしょう 0.02g <ホワイトルウ>小麦粉 4g バター 4g 牛乳 30ml

今日の給食



マダーボールを面白そうに見ている子供たちです。持ったり、触ったりしていました。

