

令和6年12月13日(金)



【洋食料理献立】

●献立 コッペパン・牛乳・マカロニスープ・鶏肉のケチャップ煮・粉ふきいも

○ マカロニスープ

- ▼ シェルマカロニを茹でておきます。
- ▼ 熱したサラダ油にベーコンを入れ、炒めます。それに玉ねぎ、人参を加え更に炒めます。水を加え温めます。熱くなってきたら、国産無添加チキンブイヨンを加えます。そして、調味料を加え味を調え、茹でていたシェルマカロニを加えます。それに、キャベツを加え煮ます。最後にパセリを加えたら出来上がりです。

○ 鶏肉のケチャップ煮

- ▼ 熱したサラダ油に鶏肉、にんにくを入れ炒めます。それに玉ねぎ、マッシュルームを加え更に炒めます。調味料を加え味を調え、鶏肉を煮込みます。最後に水溶きでん粉でとろみをつけたら出来上がりです。

○ 粉ふきいも

- ▼ 一口大に切ったじゃがいもを煮ます。煮えてきたら、お湯を切ります。塩こしょうで味を調えます。

今日の給食

今日の鶏肉のケチャップ煮は大人気でした。
クリスマス料理に合う一品です。

【材料(1人分)】

鶏肉45g 玉ねぎ20g にんにく0.1g マッシュルーム5g
サラダ油適量 トマトケチャップ6g
濃口醤油2g ソース1.5g
さとう1.6g 赤ワイン0.5g

