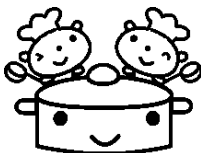


給食メニュー紹介



給食だより

1月の献立の中から、人気メニューの「納豆サラダ」を紹介します。
濃口しょうゆのみで味付けし、もみのりを加えると「納豆あえ」になります。

【納豆サラダ】

材料（4人分）

- ひきわり納豆・・・1パック
- ほうれんそう・・・90g
- キャベツ・・・100g
- にんじん・・・25g
- ハム・・・3枚
- マヨネーズ・・・大さじ3
- 濃口しょうゆ・・・小さじ1弱

おいしくつくるポイント

隠し味に
「みそ」を加えると
コクが出ます！

☆ 作り方 ☆

- ① ほうれんそう（1.5cm幅）、キャベツ（1.5cm幅）、にんじん（千切り）を茹でて冷ます。
- ② マヨネーズ、濃口しょうゆを合わせておく。
- ③ ①の野菜、納豆、ハム（細切り）に②の調味料を加え、混ぜ合わせる。