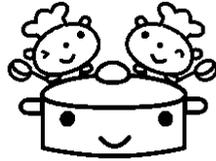


給食メニュー紹介



給食だより

2月の献立から、28日に登場する新メニュー「チャプチェ」を紹介します。ピリッと辛い味付けで、ごはんがすすむ一品です。ぜひ、作ってみてくださいね。

【チャプチェ】

材料（4人分）

- | | | |
|--------------------------|-----------------------|-----------------------|
| • はるさめ 20g | • ピーマン 25g | |
| • 豚肉 60g | • たけのこ水煮 30g | |
| • おろしにんにく 小さじ1/2 | • 白菜キムチ 40g | |
| • おろししょうが 小さじ1/2 | } • 砂糖 小さじ1 | |
| • サラダ油 少々 | | • 料理酒 小さじ1弱 |
| • 玉ねぎ 60g | | • みりん 小さじ1 |
| • エリンギ 40g | | • 濃口しょうゆ 小さじ1 |
| • にんじん 40g | | • ごま油 少々 |

☆ 作り方 ☆

- ①春雨は茹で、5センチほどに切っておく。
- ②フライパンに油をひき、にんにく、しょうが、豚肉を炒める。
- ③玉ねぎ（スライス）、エリンギ（輪切り）、にんじん（千切り）、ピーマン（千切り）、たけのこを加える。
- ④具材がしんなりしたら、春雨、白菜キムチ、調味料を加える。