

給食メニュー紹介



4月の献立の中から、「アスパラ入りポテトサラダ」を紹介します。アスパラガスは春が旬の食べ物です。ポテトサラダに入れる事で、いろどりがよくなり

【アスパラ入りポテトサラダ】

材料（小学校中学年：4人分）

- じゃがいも …140g
- アスパラガス …40g
- チキンハム …40g
- にんじん …20g
- たまねぎ …40g
- マヨネーズ …40g
- 穀物酢 …小さじ1
- コシヨー …少々

☆作り方☆

- ①じゃがいも、にんじんをいちょう切り、たまねぎをスライス、アスパラガスを斜め小口切りにする。
- ②じゃがいもを一度ゆでて、水気を切っておく。
- ③他の野菜を下ゆでする。
- ④じゃがいもと野菜を和える。
- ⑤調味料を入れてさらに和えて完成。

※給食は大量調理なので、調味料が少なくなっています。