

～12月の献立より～

やさい
野菜たっぷりラーメン (4人分)

【材料】

・蒸し中華麺	220 g
・ぶた肉 (こま)	60 g
・たまねぎ	1/2個
・にんじん	1/3本
・もやし	1/3袋
・はくさい	2枚
・ねぎ	少々
・ちくわ	1本
・中華だし	小さじ1
・オイスターソース	小さじ1/2
・みりん	小さじ1/2
・こいくちしょうゆ	小さじ1
・うすくちしょうゆ	小さじ1
・水	400 ml
※ 塩・こしょう・油	少々

新メニューです。
子どもたちからのリクエスト！



【作り方】

- ① にんじんはたんざくぎ切り、たまねぎはうすぎ切り、はくさいはざくぎ切り、ねぎは小口切り、ちくわは5mm幅半月切りにする。
- ② ぶた肉を油で炒め、にんじん、たまねぎを炒めて、水を入れて煮る。
- ③ もやし、はくさい、ちくわを入れて、調味する。
- ④ 別鍋で中華麺をゆで、ざるにあけて水気をきり、器に入れる。
- ⑤ ④に③のスープを入れ、ねぎを入れて仕上げる。

※給食では、麺とスープは別々の食缶に入れて提供します。
教室で、配膳の時に、お椀に麺を入れ、スープをかけていただきます。



←回転釜でラーメンのスープを作っている
ところです。野菜などの具がたっぷり！