

ごはんにあう副食

—地場産品を使用した献立— NO. 206—2

平成 31年 2月 20 日
兵庫県学校給食・食育支援センター
(学校給食推進委員会・食品研究部会)

【 じゃがいものピザ風焼き 】

《 但馬 》

(1人分材料)	純使用量 (g)
△ ジャガイモ	50
△ A[食塩	0.2
△ [こしょう	0.03
△ たまねぎ	15
△ ベーコン	8
△ マッシュルーム (水煮スライス)	8
ピーマン	5
△ トマトケチャップ	5
△ チーズ(シュレッド)	8
グラタンカップ	1個

(作り方)

- ① ジャガイモは1.5cm角に切って蒸し、Aで調味する。
- ② たまねぎ・ピーマンは5mmのうす切り、ベーコンは1cmに切る。
- ③ ベーコン・たまねぎを炒める。さらにピーマン・マッシュルームを加え、炒めケチャップで調味する。
- ④ グラタンカップに①を入れ、その上に③をのせる。
- ⑤ ④にチーズをのせ、オーブンで焼く。



※オーブン温度と目安時間
250℃ 4分

【 料理について 】

新じゃがの季節に、子どもたちにおすすめしたい人気メニューです。

(組合せ献立例)

ごはん
牛乳
じゃがいものピザ風焼き
枝豆サラダ
豆腐のみそ汁

【 磯香汁 】

《 中播磨 》

(1人分材料)	純使用量 (g)
△ あおさのり	0.3
△ 細切り昆布	0.2
△ たまねぎ	20
△ にんじん	10
△ かまぼこ	10
葉ねぎ	5
えのきたけ	5
油揚げ	3
△ A[うすくちしょうゆ	6
△ [こいくちしょうゆ	1
△ かつお削り節	3
水	130

(作り方)

- ① かつお削り節でだしをとる。
- ② たまねぎはうす切り、にんじんはせん切り、かまぼこは5mmのいちよう切り、ねぎは小口切り、えのきたけは半分にする。
- ③ 油揚げは短冊切りにし、油ぬきをする。
- ④ ①ににんじん・たまねぎ・えのきたけを入れ煮る。
- ⑤ ④に③・細切り昆布・かまぼこを加えAで調味する。
- ⑥ ⑤にあおさのり・ねぎを加え仕上げる。



【 料理について 】

汁の具材としてあおさが入っており、磯のよい香りを楽しむことができます。また、細切り昆布から出るうまみ成分によって、だしがさらにおいしくなります。

(組合せ献立例)

ごはん
牛乳
大豆とハムのかき揚げ
チンゲン菜とたくあんのあえ物
磯香汁

△: 兵庫県学校給食・食育支援センターで取扱いしている物資



お問い合わせ 兵庫県学校給食・食育支援センター
TEL 0795-42-3791 FAX 0795-42-3795

詳しくはホームページで

兵庫食育支援

検索



クリック