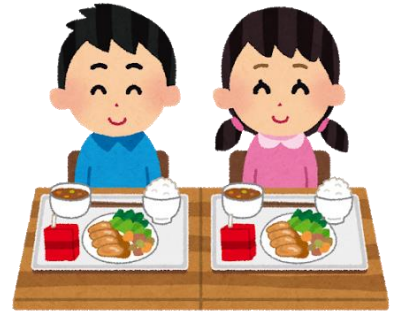


# おうち de スクールランチ



児童に人気の給食献立の作り方を紹介します。  
おうちでの食事にレシピをご活用ください。  
学校給食をもとに、家庭で作りやすいレシピにしました。  
調味料は、ご家庭のお好みで加減してください。



## ★給食レシピ★



### ポテトのハニーサラダ

パリパリの食感が、子供たちに大人気！  
♪蜂蜜とマスタードがポイント♪  
手作りドレッシングで素材の味を楽しもう！！



#### ★材料★ 4人前

揚げ油	適量
じゃがいも	中1個
にんじん	
きゅうり	

#### (ドレッシング)

サラダ油	8g
酢	12g
塩	少々
ハチミツ	8g
粒マスタード	0.3g

#### ★作り方★

- ①じゃがいもをよく洗い、千切りにし、油で揚げる。
- ②にんじん・きゅうりを千切りにする。
- ③ドレッシングの調味料を合わせ、②のやさいと和える。
- ④食べる直前に①を和えて、できあがり！

※①のじゃがいもは、市販のポテトチップスでもOK!  
「うすしお」味のモノがオススメ!!!



2019年6月20日(木)の献立

- ・丸パン
- ・ヌードルスープ
- ・鶏肉のチーズ焼き
- ・ポテトのハニーサラダ ★
- ・牛乳