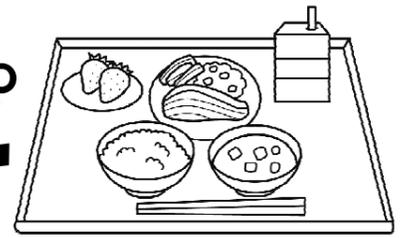


大北小の給食 レシピ



料理名

中華ポテト



材料名	分量(4人分g)	切り方等	作り方
じゃが芋	300	一口大	① じゃが芋は、蒸すか茹でる。(レンジ調理でも可。) ② 枝豆は茹でて、房から取り出しておく。 (冷凍枝豆でも可。) ③ ロースハムは、5mm幅のせん切りにする。 ④ ごま油～しょうゆをよく混ぜておく。 ⑤ ①～④をすべて混ぜ合わせる。 ⑥ いりごまを振りかけて完成。
むき枝豆	12		
ロースハム	30	せん切り	
ごま油	15	大さじ1と1/3	
酢	6	小さじ1強	
砂糖	6	小さじ2	
しょうゆ	15	大さじ1弱	
いりごま	3		

【ポイント】

★給食では、衛生管理上温かいまま提供していますが、冷蔵庫で冷やして食べても美味しくいただけます。