

ぶ た
豚キムチ



<給食献立例>

ごはん
牛乳
☆ 豚キムチ
春雨のスープ



*材料は学校給食(3~4年生)の4人分量です。

<材料>

豚肉スライス	100g
塩・こしょう	少々
酒	小さじ1/2
もやし	100g
白菜キムチ	60g
人参	30g
ニラ	15g
きくらげ	1g
濃口しょうゆ	小さじ1/2
ごま油	小さじ1/2

<作り方>

- 1 豚肉、白菜キムチは食べやすい大きさに切る。人参は細切り、きくらげは水でもどして細切り、ニラはざく切りにする。
- 2 ごま油を熱し、豚肉を炒め、塩・こしょうと酒をふる。
- 3 人参、きくらげ、もやしを加え炒める。
- 4 全体に火が通ったら白菜キムチを入れ炒める。
- 5 ニラを加え、仕上げに濃口しょうゆを加える。

給食でも人気のメニューだりん。

