

## 給食室だより No5

早い梅雨明けとなりましたがジメジメした日が続いていますね。

今回は手作り献立を紹介します。子どもたちに人気のメニューですので家庭でもお試しください。

7月11日(水)

キムチラーメン・牛乳・ささみとチーズの包み揚げ・春雨サラダ・ヨーグルト

### 「ささみとチーズの包み揚げ」

材料 1人分

ほぐしたささみ 30g

マヨネーズ 3g

チーズ 10g

春巻きの皮 1枚

小麦粉(のり用)

揚げ油 適量

作り方

- ほぐしたささみ(ゆでる)をマヨネーズで和える。
  - 春巻きの皮にささみとチーズをのせて巻く。
- ※小麦粉を水でとき、皮の周りに付ける。
- 色よく油で揚げる。(170~180度)



ささみをマヨネーズで和えました



棒チーズ560本の一部です



1本1本、手巻きしています。



乾かないようにラップします。

