



副菜



青のりポテトビーンズ



©富士宮市さくやちゃん

大豆が苦手な子にもおいしく食べてもらいたい！と考えたメニューです。

材料(4人分)

小学校3・4年生の量です

- | | |
|-----------|------|
| ・揚げ油 | 適量 |
| ・じゃがいも | 100g |
| ・大豆ドライパック | 80g |
| ・でん粉 | 大さじ2 |
| ・青のり | 適量 |
| ・塩 | 適量 |

作り方

- ①じゃがいもをサイコロに切って素揚げする。
- ②大豆にでん粉をつけて揚げる。
- ③粗熱をとって、青のり、塩をまぶす。

※実際の学校給食レシピをご家庭で作りやすいように内容を一部アレンジしています。

献立例



- ・牛乳
- ・中華麺
- ・しょうゆラーメンスープ
- ・青のりポテトビーンズ
- ・オレンジ



富士宮市立学校給食センター