



副菜



即席漬け



©富士宮市さくやちゃん

給食の定番メニューです。ほんのりと塩味が効いておいしいです。

材料(4人分)

小学校3・4年生の量です

- | | |
|--------|--------|
| • キャベツ | 100g |
| • きゅうり | 1/4本 |
| • 塩 | 小さじ1/5 |
| • たくあん | 20g |

作り方

- ①キャベツを1cm幅、きゅうりを小口切り、たくあんを千切りにする。
- ②キャベツを茹でて冷却後、きゅうりと合わせて塩もみをする。
- ③塩もみした野菜とたくあんを混ぜる。

※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



- ご飯
- 松風焼き
- 即席漬け
- すまし汁
- お祝いクレープ



富士宮市立学校給食センター