



主菜



鶏肉のレモン風味



©富士宮市さくやちゃん

甘辛い味付けがこどもたちに大人気のメニューです。ご飯にもパンにも合う一品です。

材料(4人分)

小学校3・4年生の量です

- ・揚げ油 適量
- ・鶏肉小間切れ 300g
- ・塩 少々
 - ・こしょう 少々
 - ・酒 小さじ2
 - ・でん粉 50g

(タレ)

- ・水 大さじ2
- ・砂糖 大さじ4
- ・醤油 小さじ3強
- ・レモン汁 小さじ2
- ・パセリ 少々

作り方

- ①鶏肉に下味をつけてでん粉をまぶし、油で揚げる。
- ②タレの調味料を煮立てる。
- ③①を②に入れてからめる。

※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
- ・鶏肉のレモン風味
- ・ゆでブロッコリー
- ・かきたま汁



富士宮市立学校給食センター