

HPにも随時掲載中♡「川越市学校給食レシピ」で検索♪

～おうちで学校給食レシピ～

## 月菜うどんの汁

【材料】（4～5人分）

だし汁 600ml

鶏肉 70g

人参 1/3本

干椎茸 2枚

里芋 小3個

油揚げ 40g

長葱 10cm

小松菜 2株

おうちで給食を作ろう★  
川越市学校給食課

しょうゆ 大さじ3弱

塩 小さじ1/2

みりん 大さじ1弱



【作り方】

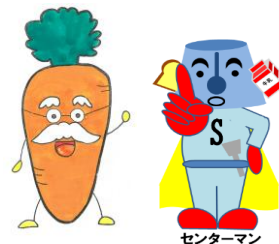
- ①人参はせん切り、干椎茸は戻して細切り、里芋は5mmの輪切りにする。
- ②油揚げは油抜きをして短冊切り、長ねぎは小口切り、小松菜は3cmに切る。
- ①だし汁に鶏肉、人参、干椎茸、里芋を順にあくを取りながら煮る。
- ②油揚げ、長ねぎ、小松菜を加え弱火で煮る。
- ③調味料を加えて具材が柔らかくなるまで弱火で煮る。

【補足】

☆だし汁は水と和風だしの素でもOK

★給食ではかつおやさばでだしをとっています。

★月菜うどんは十五夜メニュー(^\_^♪里芋をお月様に見立ててください。



センターマン