

～おうちで学校給食レシピ～

焼きそば

【材料】(4～5人分)

豚肉小間切 150g

玉ねぎ 小1個

人参 1/2本

キャベツ 1/8玉

ちくわ 70g

焼きそば用中華麺400g

油 小さじ1

こしょう 少々

おうちで給食を作ろう★
川越市学校給食課

塩 少々

ウスターソース 大さじ1

中濃ソース 大さじ1と1/2

青のり 適量



【作り方】

①玉ねぎ、キャベツはたんざく切り、人参はせん切り、ちくわは小口切りにする。

②油を熱し、豚肉を炒め塩こしょうで味をととのえる。

③玉ねぎ、人参、キャベツ、ちくわを順に炒める。

④中華麺をほぐしながら入れ（必要なら水を加えほぐす）、ウスターソース、中濃ソースで味付けしたら出来上がり。

