

# 給食室からこんにちは!



## 給食レシピ! 作ってみてね

### <ABC スープ> 人気メニュー

材料 4人分

- 炒め油 4g、鶏肉 (小間) 40g
- 玉ねぎ 60g (うす切り)・にんじん 40g (いちよう切り)
- 大根 40g (いちよう切り)・キャベツ 120g
- じゃがいも 40g (1cm幅いちよう切り)
- ABCマカロニ 20g
- しょうゆ (小さじ2)・塩 (小さじ1/2)
- 白こしょう (少々)・ガラスープ (500cc)
- ぶどう酒 (白) (小さじ2)

### 作り方

- 鍋に油を入れ、鶏肉を炒める。
- 野菜、じゃがいもを入れさらに炒める。
- ガラスープ、調味料を入れる。
- ABCマカロニを入れて、5~8分ほど煮て、味を調べて仕上げる。

# 給食室からこんにちは!



## 給食レシピ! 作ってみてね

### <ABC スープ> 人気メニュー

材料 4人分

- 炒め油 4g、鶏肉 (小間) 40g
- 玉ねぎ 60g (うす切り)・にんじん 40g (いちよう切り)
- 大根 40g (いちよう切り)・キャベツ 120g
- じゃがいも 40g (1cm幅いちよう切り)
- ABCマカロニ 20g
- しょうゆ (小さじ2)・塩 (小さじ1/2)
- 白こしょう (少々)・ガラスープ (500cc)
- ぶどう酒 (白) (小さじ2)

### 作り方

- 鍋に油を入れ、鶏肉を炒める。
- 野菜、じゃがいもを入れさらに炒める。
- ガラスープ、調味料を入れる。
- ABCマカロニを入れて、5~8分ほど煮て、味を調べて仕上げる。