

【6/27(金)の給食】

【献立】

マーボーナス丼 牛乳 トマトと卵のワンタンスープ 冷凍みかん



【マーボーナス丼】



なす約90本を1.5cmの厚さの半月切りにして、素揚げします。

【トマトと卵のワンタンスープ】



千葉県産の卵168個を2人で約30分かけて割ります。ワンタンは、重ならないように、卵は、『ふわあ』となるように入れます。

トマトと卵のワンタンスープ

トマトが旬の時期の夏限定ワンタンスープです

【材料】4人分

ベーコン:1枚、玉ねぎ:1/3個、しめじ:1/4パック、トマト:1/2個、ワンタンの皮:8枚、卵:1個、

小松菜:1/7束、中華スープストック:小さじ1、塩:小さじ1/3、こしょう:少々、水:500cc

【作り方】

①ベーコン:せん切り、玉ねぎ:角切り、しめじ:小房分け、トマト:湯むきして角切り、ワンタンの皮:1/4、
小松菜:下ゆとして2cm幅に切る

②湯を沸かし、ベーコン・玉ねぎを加える。しめじ、調味料、トマトを加え、沸騰してたら、ワンタンの皮を
かき混ぜながら、パラパラと加える。ワンタンが煮えたら、溶き卵を入れ、小松菜を加えて、味を調える。

【冷凍みかん】



和歌山県産の冷凍みかんです。調理員さんが1個1個傷んでいるものがないか皮をよく見て確認をし、各クラスの食缶に數えます。