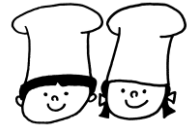




お家で作ろう！給食人気メニュー



入善町立飯野小学校給食室

■ No.4 鶏肉とさつまいものケチャップがらめ

材料・分量（2人分）

| | | | |
|--------|------|--------|------|
| ・鶏肉 | 2/3枚 | ・揚げ油 | 適量 |
| ・塩 | 少々 | ・ケチャップ | 小1 |
| ・こしょう | 少々 | ・ソース | 小1/2 |
| ・酒 | 小1 | ・砂糖 | 小1/2 |
| ・片栗粉 | 適量 | | |
| ・さつまいも | 60g | | |

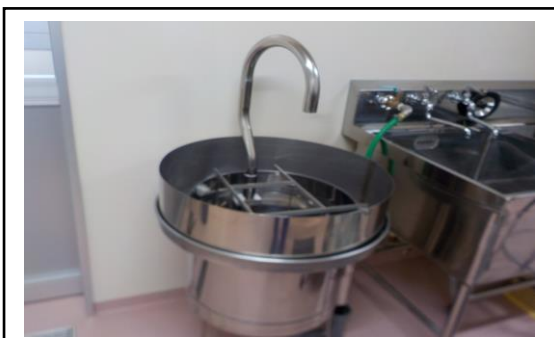
作り方

- ① 鶏肉は小さめの角切りにし、塩・こしょう・酒で下味を付ける。
- ② さつまいもも小さめの角切りする。
- ③ 揚げ油を熱し、さつまいもは素揚げに、
鶏肉は片栗粉を付けて揚げる。
- ④ ケチャップ・ソース・砂糖を合わせ③と和える。



👉 **ポイント** 大豆を使ったり、みそ味にしてもおいしいです！

✿ 給食室にはこんな機械があります ✿ ～ 「洗米機」 ～



米を洗う機械です。
水流を利用して米を洗います。1回で最大15kg分の米を洗うことができます。水が床や壁に飛び散らないように、ガードが付いています。

