

# 本日の給食



本日は5月のお誕生日会♪  
お昼の給食はお子様ランチでした！



## 🌸メニュー🌸

カラフルピラフ、鶏肉のパン粉焼き、フロッコリーサラダ、すいか🍉

### ● カラフルピラフ ●

【材料（大人2人子ども2人分）】

- ・ごはん 600g ・ベーコン 40g
- ・にんじん 85g ・たまねぎ 40g
- ・コーン 30g ・油 適量
- ・コンソメ 6g ・食塩 少々

【作り方】

- ・材料を炒めて、調味料で味付けし、ご飯に混ぜたらできあがり。



### ● 鶏肉のパン粉焼き ●

【材料（大人2人子ども2人分）】

- ・鶏もも肉 400g ・食塩 3g
- ・パン粉 20g ・オリーブ油 適量
- ・すりおろしにんにく お好みで
- ・刻んだパセリ 適量

【作り方】

- ①適当な大きさに切った鶏肉に塩、にんにく、パセリを加えもみ込む。
- ②パン粉をまぶしてオーブンで200℃15分程度焼く。（オーブンによって加減が変わるので、調整してください）



ぜひお家でも  
お試しください

※味はお好みで調整してください

