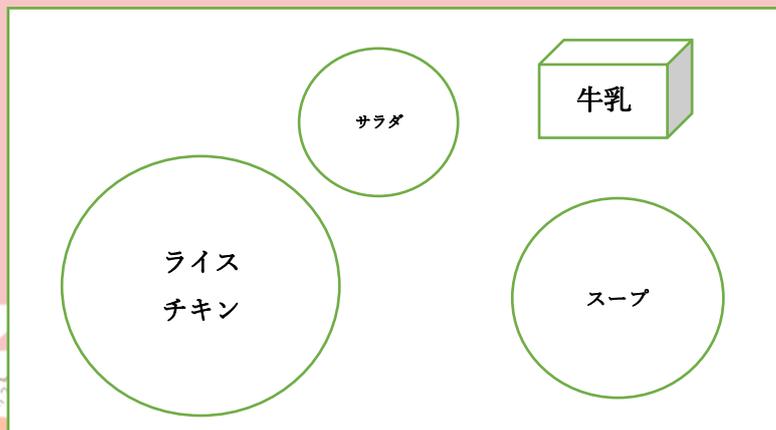


今日の給食は ガーリックライス ローストチキン・ハニーマスタードソース ポテトサラダ
桜マカロニスープ 牛乳です。

はいぜん
配膳のしかた



鶏肉は牛肉や豚肉に比べて脂肪が少なく、低カロリーで高たんぱくな食材です。
また、皮膚や目の健康に必要なビタミンAが豊富に含まれています。

ハニーマスタードソースの作り方

【[筈小学校ホームページ](#)〈給食室から〉に載っています】

☆材料 (1人前)

※水 5cc ※はちみつ 5g ※しょうゆ 3cc ※粒マスタード 3g

☆作り方

※水とはちみつとしょうゆを鍋に入れて弱火で軽く煮立てます。

※煮立ったら粒マスタードを加え、さらにひと煮立ちしたら出来上がりです。

ソースは肉や魚介類にかけて食べてみてください。

【料理を作る時は必ず大人の方と一緒に作りましょう】