

☆今月のレシピ紹介☆

今回紹介したいメニューは先月の人気ランキング1位で子どもたちから人気なのはもちろん、保護者の方や先生たちからもレシピを知りたい！とリクエストの多い

「五目納豆」のレシピを紹介させていただきます♪

五目納豆(以上児さん一人分)



- 小粒納豆 30g
- にんじん 10g
- 玉ねぎ 30g
- 豚ひき肉 10g
- ちくわ 10g
- 油 1g
- しょうゆ 2g
- 砂糖 2g

～作り方～

- ・人参を千切り、玉ねぎは短いスライス、ちくわは輪切りに切っておきます。
- ・フライパンに油をしき、豚肉を炒め完全に火が通ったところに切っておいた野菜をいれ、炒めます。野菜がしんなりしてきたらちくわを入れ、調味料を加え味を整えます。
- ・炒めたものは粗熱をとってから納豆と混ぜ完成です！

・未満児さんのレシピには小粒納豆ではなく、ひきわり納豆を使用し、野菜はみじん切りにしています。又、ちくわの代わりにしらすが入っています♪ぜひご家庭ごとに季節の野菜や、お好みの材料を加えて作ってみてください！



先月の人気メニュー



・わかめご飯

・五目煮

・わかめご飯は毎月残菜がなく子ども達にとっても人気なメニューです♪

・五目煮だと残菜が多くあまり進まないメニューですが五目煮はさつまいもが入ることによって甘味が増す為か子ども達が良く食べてくれます♪

材料も鶏モモ、大根、人参、ごぼう、さつまいもと野菜がたくさん入っているのでこれからも残さず食べてほしいです♪