



献立紹介 『肉団子のスープ』（令和7年9月1日 給食）

<材料 4人分>

マッシュルーム 3こ(20g)
 たまねぎ 中 1/4こ(40g)
 にんじん 中5cm(20g)
 じゃがいも 小 1/2こ(40g)
 キャベツ 大2枚(60g)
 A 洋風スープの素(顆粒) 6g
 A しょうゆ 大さじ1
 B 食塩 少々
 B コショウ 少々
 肉団子 120g(12こ)

*食材の分量には皮などの廃棄する分は含んでいません。

<作り方>

- ① 材料の準備をする
 - ・マッシュルーム、たまねぎは、薄切り。
 - ・にんじん、キャベツは、短冊切り。
 - ・じゃがいもは、短冊切りにして水にさらす。
- ② 鍋に水を500cc入れ、沸かす。
- ③ 沸騰したら、たまねぎを煮る。途中でにんじんを入れる。
 - *あくは都度、取る。
- ④ じゃがいもを入れ、あくを取りながら煮込む。
- ⑤ Aで味をつけ、肉団子とキャベツを入れ煮込む。
- ⑥ Bで味を調える。