

チーズ除去

アレルギー食品除去食

アイランドルビーのミートソース

7月8日(小学校)1日(中学校)

～メニュー～

- ・牛乳
- ・アイランドルビーのミートソース
・・・チーズ除去
- ・茎わかめとコーンのサラダ
- ・冷凍みかん



作り方

- ① にんにく、玉葱、人参、セロリ、パセリはみじん切りにする。
- ② アイランドルビーは2cm位の角切りにする。
- ③ マッシュルームは水を切っておく。
- ④ パセリを茹でる。
- ⑤ 鍋に炒め用の油を入れて、にんにく、ひき肉を炒める。
- ⑥ 玉葱、人参、セロリを加えて炒め、水を加えて煮る。
- ⑦ アイランドルビー、マッシュルーム、Aを加えて煮る。
- ⑧ フライパンにBを入れてじっくり炒める。茶色く色づいてきたら、ケチャップ(ルー用)を加えてルーを作る。
- ⑨ ⑦に⑧をだまにならないように加えて、さらに煮る。
- ⑩ ⑨に④を加えて、味を調えて仕上げる。

アイランドルビーのミートソース 材料(1人分)

玉葱	50 g
にんにく	0.5 g
豚ひき肉	16 g
人参	15 g
マッシュルーム水煮	5 g
アイランドルビー(トマト)	30 g
セロリ	10 g
油(炒め用)	0.8 g
小麦粉	4 g
油	4 g
ケチャップ(ルー用)	5 g
パセリ	1 g
塩	0.4 g
中濃ソース	5 g
デミグラスソース	10 g
ケチャップ	15 g
ブイヨンスープ	10 g
水	40 g

B

A

アイランドルビーは、熱海、伊東地区の農家の方々によって栽培、ブランド化されている調理用トマトです。給食の人気メニュー「ソフトめんミートソース」に、アイランドルビーを使用して提供しました。