

うずら卵除去

アレルギー食品除去食 セタスープ 7月7日(小学校)3日(中学校)



～メニュー～

- 牛乳
- 五目ずし
- ししゃも竜田揚げ
- 茎わかめの和え物
- セタスープ→うずら卵除去
- セタデザート

セタスープ 材料(1人分)

- 焼麩 2.8 g
- 鶏胸肉(小間切れ) 10 g
- なると(半月スライス) 5 g
- こまつな(3cm幅) 10 g
- にんじん(千切り) 10 g
- さば節 4 g
- 水 120 g
- しょうゆ 1 g
- 塩 0.6 g

A [

作り方

- ① 鍋にAを入れて、出汁をとる。
- ② ①に人参を加え、煮立ったら鶏胸肉を加えて煮る。
- ③ しょうゆと塩で調味し、なるとを加える。
- ④ 別の鍋で、こまつなを茹でておく。
- ⑤ ③に焼麩と④を加え、味を調べて出来上がり。

給食では、星の形の焼麩を使用し、セタらしいスープに仕上げました。人参を星の形に切り抜いても良いですね。