

アレルギー食品除去食

しらすのかき揚げ(卵除去)

6月17日小学校 18日中学校



～メニュー～

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・しらすのかき揚げ
 ・卵 除去
- ・野菜の煮物

作り方

(かき揚げ)

- ① 玉葱はスライス、葉ねぎは2cmの長さに切る。
- ② 具、粉、塩を混ぜ合わせ、人数に分ける。
- ③ 油で揚げる。

(たれ)

- ① だしをとり調味料で味を調える。

給食センターでは
さば節でだしを
とりました。

しらすのかき揚げ

材料(1人分)

(かき揚げ)

玉ねぎ	1/4 個
しらす	20 g
葉ねぎ	5 g
塩	少々
小麦粉	10g
片栗粉	5g
揚げ油	適量

(たれ)

しょうゆ	大さじ 1/2
砂糖	小さじ 1
だし汁	大さじ 2
みりん	小さじ 1