

卵除去

アレルギー食品除去食

松風焼き

1月7日(小学校) 17日(中学校)



～メニュー～

- 牛乳
- ごはん
- 松風焼き・・・卵除去
- 大根なます
- 紅白すまし汁
- 栗きんとん

作り方

- ① 根深ねぎをみじん切りにする。
- ② ★の材料を混ぜる。
- ③ 天板に油をひき、①を広げてごまをふり、180℃のオーブンで15分程度焼く。
- ④ 人数分に切り分け出来上がり。

松風焼き 材料(1人分)

鶏挽肉	50g
根深ねぎ	10g
乾燥パン粉	3g
★ みそ	4g
さとう	1g
酒	1g
白いりごま	2g
油	適量

本来、松風焼きはけしの実を使用しますが、給食ではけしの実の代わりにごまを使用しています。

アレルギー除去食は卵を除去して作りましたが、厚みをだして焼く事でふつら美味しく仕上がりました。