

2月のおすすめメニュー（中学校5日、小学校6日実施）☆三

- 牛乳
- コーンピラフ
- いかのイタリア揚げ
- ほうれん草のスープ
- フルーツゼリー

なかでも、いかのイタリア揚げは特に人気のメニューです。当日は小学2年生のクラスにおじゃましました。誰よりも早くお代わりをしようと、張り切って食べている児童が多くみられました。



「いかのイタリア揚げ」（4人分）

レシピを紹介！！

（材料）

いか(短冊切り)	160 g
コンソメ	2 g
牛乳	大さじ1と1/2
塩	少々
片栗粉	大さじ2
揚げ油	適量

（作り方）

1. いかに下味（コンソメ、牛乳、塩）をつけて、冷蔵保存する。
2. 片栗粉をまぶして、油で揚げる。
3. 皿に盛り付けて、完成！

