

## 6月のおすすめメニュー（中学校 27日、小学校 26日実施）

～メニュー～

- ・牛乳 ・ご飯
- ・手作り春巻き
- ・きゅうりの華風漬け
- ・パイナップル

春巻きは1つ1つ丁寧に巻いて作りました。きゅうりの華風漬けは、「きゅうり」をおいしく手軽に食べられる1品です。これから旬をむかえるきゅうりやなす、かぼちゃなどの夏野菜は旬の時期にたくさん食べたいですね。



### 「きゅうりの華風漬け」（4人分）

（材料）

きゅうり	1本(200g)
酢	大さじ1
しょう油	大さじ1と2/3
ごま油	小さじ1
一味唐辛子	少々

### レシピを紹介！

（作り方）

1. きゅうりを乱切りにする。
2. 調味料を混ぜ合わせる。
3. 1と2を合わせ、味がしみこむまで置いておく。
4. 皿に盛り付ける。

