

アレルギー食品除去食 7月4日

セタスープ(小学校)・かますのアーモンドフリッター(中学校)



かますのアーモンドフリッター

卵除去

小学校は1人1尾・中学校は2尾

★セタメニューでした★



うすら卵除去

★メニュー★

★牛乳

★五目ずし

★ごまあえ

★セタスープ

★ヨーグルト

かますのアーモンドフリッター 材料(小学校1人分)

下味	{	かます切り身	1枚
		塩	少々
		こしょう	少々
		小麦粉	6g
		アーモンドスライス	8g
		アーモンドプードル	2g
		油	適量



作り方

- ① かますに下味をつける。
- ② 小麦粉・アーモンドプードルでタレを作る。
- ③ ②にアーモンドを入れて衣を作る。
- ④ ③をかますにつけ、油で揚げる。

アーモンドプードルがなければスライスアーモンドだけでも衣に加えて、ご家庭でも是非作ってみてください☺