

# アレルギー食品除去食 12月13日 静岡牛のビーフシチュー・かきたま汁



## ～メニュー～ 小学校

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・わかめとしらすのふりかけ
- ・豚肉と厚揚げの辛煮
- ・かきたま汁・卵 除去
- ・りんご

## ～メニュー～ 中学校

- ・牛乳
- ・ロールパン
- ・静岡牛のビーフシチュー
- ・バター 除去
- ・海藻サラダ
- ・りんごと栗の蒸しパン

昨日は今日の小・中学校の反転メニューでした

## ★ 静岡牛のビーフシチュー ★ 材料 (小学校1人分)

静岡牛もも肉	30 g
にんにく	25 g
玉葱	50 g
にんじん	10 g
じゃがいも	20g
パセリ	1g
油	適量
油	3g
小麦粉	3g
トマトケチャップ	20g
三温糖	0.5g
デミグラスソース	6g
中濃ソース	2g
しょうゆ	2g
塩	0.5g

## ★ かきたま汁 (たまごなし) ★

じゃが芋・たけのこ・白菜・しいたけ  
小松菜、たくさんのやさいを使って  
作りました！

