

(献立名)

キムチご飯

<材料 4人分>

米	2合	ごま油	小さじ1
豚もも肉	50g	こいくちしょうゆ	大さじ1/2
☆しょうが	3g	食塩	1g
☆しょうゆ	小さじ1	チキンコンソメ	1g
☆上白糖	小さじ1/2		
白菜キムチ	80g		
にんじん	1/3本		
枝豆(むきみ)	20g		

<作り方>

- ① 米を研ぎ、水を加えて炊く。
- ② しょうがはすりおろし、にんじんは千切りにする。
- ③ 豚肉を☆の調味料等につけて下味をつける。
- ④ 熱したフライパンにごま油を入れ、③を炒める。
- ⑤ 火が通ったらにんじんと白菜キムチを加える。
- ⑥ 枝豆を加え、調味する。
- ⑦ 温かいごはんと混ぜて出来上がり。



<ポイント>

★給食では、食べやすいように少し甘めに味付けをしています。お好みでキムチの量を調整してください。