

5月 8日 (水) の献立



ごはん
牛乳
鶏肉の塩こうじ焼き
卵の花炒り
みそ汁

<卵の花炒り>

長ねぎ、にんじん、しいたけ、ひじきを油で炒めて、厚削り節でとっただし、砂糖、しょうゆなどの調味料を入れて、油あげ、おからを加えて、炒り煮にしました。彩りに枝豆を使っています。

卵の花とは、おからのこと
です。

