

5月 27日(月)の献立



ごはん
牛乳
春巻
炒り鶏
みそ汁

<炒り鶏>

鶏肉、こんにゃく、ごぼう、にんじん、たけのこ、干しいたけを炒めて、厚削り節だし、砂糖、しょうゆなどで味付けをして、炒り煮にしました。根菜類などを使っているので、食物繊維たっぷりです。

干しいたけの戻し汁もだしとして使っています。

