

食*はぐくみ通信 ❤ 特別号⑤ 令和2年9月

「食*はぐくみ通信」9月号で紹介した、豆乳マカロニグラタンの調理の様子を紹介します。食物アレルギー対応サポート月間の献立として9/3(木)に登場しました。

※分量や詳しい調理法は大阪市教育委員会のHPに掲載しています。

<https://www.city.osaka.lg.jp/kyoiku/cmsfiles/contents/0000010/10130/R2-9-1.pdf>

【材料】



ベーコン、米粉のマカロニ、
マッシュルーム、グリンピース、
(写真以外に、たまねぎ、
上新粉、豆乳、米粉の
パン粉も使用)



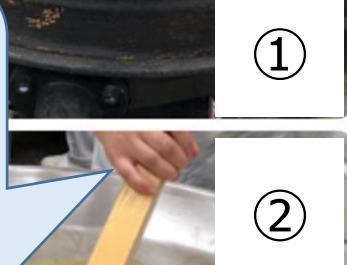
調味料は、塩、こしょう、
カレー粉、チキンブイヨン、
綿実油

つく かた
【作り方】

①ベーコン、たまねぎをいため、塩、こしょう、カレー粉、
チキンブイヨンで味つけする。

②①に上新粉と豆乳を合わせたものを加え、マッシュ
ルーム、グリンピース、マカロニを加える。

③ミニバットに1クラス分ずつ入れ、パン粉をふり、焼き
物機で焼く。



こめ こ
米粉のマカロニは
やわ
柔らかくなりやすいの
で、火加減がむずか
しい！

や もの き
焼き物機でこんがり
や 焼いています。



【献立のヒント】 給食では、たんぱく質と野菜がやや足り
ないので、鶏肉とキャベツやトマトなどを使った具だくさんの
スープ、さっぱり食べられる
二十世紀なしを組み合わ
せています。

