

★ 給食ブログ ★



2024年11月27日(水)



きょうのこんだて



- 規格パン
- 牛乳
- タンドリーチキン
- ポテトサラダ
- ABCスープ



< 給食ニュース >



今日の給食は、新メニューの「タンドリーチキン」でした。みんなが大好きなカレーの香りがして、大好評でした。パンも進んだようです。辛すぎることなく、低学年の子どもたちも、おしそくに食べてくれていました。給食センターでは、調味料に漬けて、スチームコンベクションで焼いていますが、フライパンでも作ることができます。「作り方を知りたい!」と言っていた子どもたちがいたので、紹介します。

<1人分>分量は献立表の通りで、単位はgです。

①すべての調味料を混ぜ合わせる。

②①に鶏肉を漬け込む。

③②をオーブンで焼くor油(分量外)を熱したフライパンで焼く。

鶏肉 (50g)	1.0
プレーンヨーグルト	6
トマトケチャップ	4.2
おろしにんにく	0.5
濃口しょうゆ	1.5
カレーパウダー	0.25
塩	0.08
こしょう	0.04