

# 新献立の紹介～給食ができるまで～

12月10日(木) 東汲沢小学校

## 豚肉と里芋のおろし煮



### 《使用食材》



豚肉



さといも



たまねぎ



だいこん



にんじん



米油

### 《材料》1人分

豚肉	35 g
さといも	35 g
たまねぎ	30 g
だいこん	20 g
にんじん	10 g
米油	0.7 g

### 《調味料》1人分

しょうゆ	2.5 g
砂糖	0.5 g
みりん	0.7 g
塩	0.2 g
でんぷん	0.5 g
削り節・水	2 g



しょうゆ



砂糖



みりん

調味料



でんぷん



塩

### 《調理の様子》



たまねぎ・にんじんを切り、だしをとる。  
さといもを切り下ゆでする。

だいこんを切り、加熱処理してからミキサー入れ、分量の  
一部のだしを加えミキサーにかける。



だいこんおろしを加えて煮て、水溶きでんぷんで  
とろみをつける。

さといもと調味料を  
加える。

油を熱し、たまねぎを炒めて豚肉・  
にんじんを炒め、だしを加え煮る。