今日の給食

11月16日(月)



マーボー豆腐の作り方

材料

豚ミンチ	100g
豆腐	1丁
赤だし味噌	大さじ1
人参	1/2本
ネギ	適量
生姜ニンニク	少々
玉ねぎ	1/2個

調味料

油	適量
片栗粉	大さじ1
砂糖	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ1
豆板醤	少々

作り方

1. 鍋に油をひき、豚ミンチを炒める。
2. 人参、玉ねぎを加えて炒め、豆腐を入れる。
3. 調味料を加え、煮る。
4. 水溶き片栗粉を加え、とろみをつける。最後にネギを入れる。

今日のこんだて

- 麻婆豆腐
- ニラともやしの炒め物
- 麦ごはん
- 牛乳

お肉もお豆腐も
たっぷりのマーボー豆腐！
ごはんがすすむね！！

