

2月8日(金)の給食



献立	材料
あんかけ チャーハン	米 鮭 塩 玉ねぎ ピーマン・しいたけ 卵 塩・こしょう ガラスープの素 しょうゆ 鶏ガラスープ しょうゆ・砂糖 片栗粉
鶏チリ	鶏もも肉 片栗粉 長ねぎ にんにく・生姜 豆板醤 ケチャップ 鶏ガラスープ 酒・砂糖 塩・こしょう
おかか和え	小松菜 もやし かつおぶし しょうゆ 砂糖
りんごかん	りんごジュース 寒天 砂糖 水
酸辣湯	たけのこ きくらげ 人参 春雨 卵 ガラスープ 酒／しょうゆ 酢／塩 ラー油／片栗粉



トリチリ

チリソースとは
トマトソースの中に唐辛子・塩・スパイス
砂糖などを入れたソース。
「chili」は、中南米原産の唐辛子(チリペッパー)のこと。北アメリカでは「チリコンカン」を指す場合が多い。

鶏チリとは、エビチリのエビを鶏肉に代えたもの。エビは鶏肉に比べ高い食材で下処理もめんどう。でも鶏肉なら安く下処理要らずであっという間に作れる。家庭にある調味料で作れるので買い物に行かなくても簡単に作れるメニュー。