

ハッピー しあわせ きゅうしょく ★ Happy(幸せ)給食 ★

【さわやか漬け】



ざいりょう にんぶん 【材料 (4人分)】

キャベツ (せんぎ 千切り)	200 g
にんじん (せんぎ 千切り)	25 g
きゅうり (わぎ 輪切り)	40 g
きざ こんぶ 刻み昆布	3 g
さとう	おお 大さじ1
うすくち 淡口しょうゆ	こ 小さじ2
す 酢	こ 小さじ2
レモン果汁 (かじゅう)	こ 小さじ1

やさい き
野菜を切って

あと ちょうみりょう
ゆでた後、調味料で

あ かんたん
和えるだけの簡単

メニューです☆



きゅうしょく
給食のレモンは
ひろしまけんさん
すべて広島県産を
しょう
使用しています。



おのみちし
尾道市は レモンの生産量
せいさんりょう
ぜんこくいちい
が全国一位です！

きゅうしょく どうじょう 給食に登場するレモン果汁を使った料理



さかな
魚のマリネ・レモン風味



ふうみ
ふみ



ひろしましお
広島塩レモン
や 焼きスパゲッティ



あ もの
和え物 など