

ハッピー しあわせ きゅうしょく
★ Happy(幸せ)給食 ★

【グリーンピース】



ちょうり
調理のポイント

こんぶ はや すいはんがま い
昆布を早めに炊飯釜へ入れて

み だ
うま味をたっぷり出します。

グリーンピースがつぶれ
ないようになんかやさしく混ぜます。



さやをむく



かいあら
3回洗う



こんぶ しお さけ
昆布・塩・酒を
い すいはん
入れて炊飯する

まめ
豆ごはん



できあがり