

# 7月4日(月)

オレンジ

あげかぼちゃとモロの  
トウバンジャンあえ

むぎいりごはん

ちゅうかふう  
スープ

きょうの給食メモ

ちょうりさぎょうじかん<sup>く</sup>あわせ<sup>あ</sup>  
調理作業時間の組み合わせ..

かぼちゃ<sup>す</sup>あげ、モロは下味をつけてから片栗粉をまぶし揚げる、玉ねぎと人参は炒めて、調味料で味付けしておく、そこへ時間を合わせて揚げた南瓜とモロを大きな釜で合わせて、配食します。すべての作業が同時に進み、時間に合わせる事が、おいしくなる秘訣です。



食材の形がくずれることなく、たれとからみ、おいしくできました!

