

# あけぼの学園 5月の献立

いただきます



5月22日 メニュー



(献立)

## 昼食

ごはん  
チキンチャップ  
マカロニサラダ  
もずくスープ

## おやつ

牛乳  
ステックパイ

献立紹介やメッセージなど

●(こども5人分)●

<材料>

もずく	40g
みつば	6g
削り節	10g
薄口しょうゆ	大さじ1、1/2
塩	小さじ1/2

(作り方)

- 1、お湯の中に削り節をいれ、だしをとる。
- 2、水洗いしたもずくをいれ調味料をいれる
- 3、最後にみつばをいれる。

**\* あけぼの学園では削り節から出しをとり  
お汁や煮物を作っています。**