献立名	材料名	1人分g	切り方	調理手順
麻婆茄子	豚挽き肉 茄子 だまねぎ にんいマン 赤ピーラが にんにママン しょんに カチょうが にん カッゆ 砂糖 味噌 豆板ぽ でんぷん ス	30 50 30 10 5 5 0.4 0.2 1 1.5 3 0.5 3.5 0.3 1.3 20	乱切り 1.5cm角 1cm角 1cm角 カじん みじん	茄子は素揚げ ピーマンは茹でる 油を熱し、しょうが、にんにくを 炒め、豆板醤炒めて、 豚挽き肉、たまねぎを炒める にんじん、赤ピーマンを炒める 合わせ調味料、でんぷんで とろみをつけて、茄子を入れる

<sup>※</sup>実際に作った給食とは分量や調理方法をアレンジしてます。