

献立名	材料名	1 人分 g	切り方	調理手順
カレーきんぴら	じゃがいも	30	せんぎり	だいこんはサッと下茹で にんじん、じゃがいもを炒めて、 ある程度、火が入ったら、 大根を入れて、調味する 食感が残るように仕上げる
	だいこん	15	せんぎり	
	にんじん	10	せんぎり	
	炒め油	1		
	しょうゆ	2		
	砂糖	0.5		
	酒	0.5		
	塩	1		
	カレー粉	0.2		

※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。