

# 保育園給食レシピ

恵庭市子ども未来部子育て支援課

## ★切り干しナポリタン★

### 材 料（こども5人分）

切り干し大根	20g
玉ねぎ	1/4個(50g)
人参	15g
ピーマン	小1個(30g)
ウインナー(皮なし)	小4本(40g)
油	適量
水	50g
ケチャップ	大さじ1と1/2(25g)
A 中濃ソース	小さじ1(5g)
塩、こしょう	適量

※野菜は廃棄分を除いた量。

### 下準備

- ・切り干し大根は水で戻し、2～3センチ位に切る。
- ・玉葱、人参、ピーマンは細切り。
- ・ウインナーは斜め薄切り。

### 作り方

- ①フライパン等に油を熱し、人参、玉葱、切り干し大根、ウインナーを炒める。
- ②水とAの調味料を加え煮る。最後にピーマンを加え炒める。

保育園  
新メニュー



食物せんい等栄養豊富な切り干し大根をケチャップで味付け、子ども達にも食べやすくしました。水を加えずに炒めて仕上げるとシャキシャキとした歯ごたえが味わえます！