



今月の、給食メニューを紹介
します。

今回は、平成29年度高校生
和食給食コンテスト優秀賞の献
立から、「枝豆と豆腐のプチオム
レツ」を紹介します。

枝豆と豆腐の プチオムレツ

材 料 4 人 分

枝豆・・・40g
ベーコン・・・60g
豆腐(木綿)・・・120g
たまご・・・2個
ケチャップ・・・適量
油・・・適量

作り方

- ① 枝豆の皮をむき、ベーコンは細く切る。
- ② ボウルで材料を混ぜる。
- ③ フライパンに油をひき、焼く。

★中は豆腐でふわふわ！

★枝豆の緑、ベーコンのピンク、卵の黄、
ケチャップの赤で彩り豊か。

★プチサイズで食べやすさ重視！！