

学校給食のおすすめ献立

きなこ揚げパン

<材料（4人分）>

コッペパン	4つ
揚げ油	適量
きな粉	大さじ2
三温糖	大さじ3
食塩	ひとつまみ



<学校給食のメニュー 642 kcal>

- ・きなこ揚げパン ・タコさんウインナー
- ・スパゲッティーナポリタン ・牛乳
- ・レタスとたまごのスープ

<作り方>

- ① きな粉と三温糖と食塩を合わせ、ザルでふるっておく。
- ② コッペパンを揚げる。
 - ・コッペパンは表面をさっと油で揚げると、油っぽくなく軽い仕上がりになります。
 - ご家庭なら、フライパンに2センチくらいの油をひいて、180℃でパンをクルクルひっくり返しながらか、表面を油で揚げると上手にできます。
- ③ 粗熱がとれたら、①をパンにむらなくまぶす。

