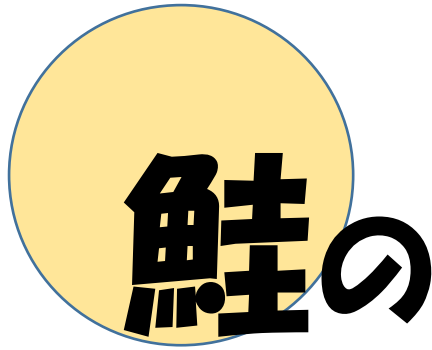


学校給食のおすすめ献立



みそマヨ焼き

<材料（4人分）>

鮭切り身（4枚）	40g
* 玉ねぎ	15g
* にんじん	30g
* パセリ	少々
* マヨネーズ	大さじ2
* みそ	小さじ1
酒	適量



<学校給食のメニュー 660 kcal>

- ・ごはん
- ・みそちゃんこ
- ・鮭の味噌マヨ焼き
- ・磯香和え
- ・ラフランスゼリー
- ・牛乳

<作り方>

- ① 玉ねぎはみじん切りにする。にんじんはすりおろす。
- ② *を混ぜ合わせ、酒で適当な固さ（スプーンでぬれるくらいの固さ）にのばす。
- ③ 鮭に①のソースをのせてオーブンで焼く。

♥ ご家庭では、ホイルに包んで魚焼きグリルで焼いても作れます。