

学校給食のおすすめ献立

クラムチャウダー

<材料（4人分）>

ベーコン	2枚
玉ねぎ	1/2個
にんじん	1/2本
じゃがいも	中1個
あさり水煮	1缶（130g）
牛乳	200cc
パセリ	少々
コンソメ	固形1個
塩、こしょう	少々
バター	少々
水	400cc
米粉または小麦粉	大さじ1 （2倍の水で溶いておく）



<学校給食のメニュー 671 kcal>

- ・チョコチップパン
- ・クラムチャウダー
- ・かぶのサラダ
- ・ポテトと野菜のオムレツ
- ・牛乳



<作り方>

- ① ベーコンは1cm角色紙切り、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもは1cm角に切る。
- ② 鍋にバターを入れ、火にかけ、ベーコン、にんじん、玉ねぎを炒める（焦げないように注意）。
- ③ 玉ねぎが透けてきたら、じゃがいも、水を加える。
- ④ じゃがいも、にんじんが煮えたら、調味料、あさり水煮（汁ごと）、牛乳を入れる。
- ⑤ 水溶き片栗粉を加えて混ぜ、とろみをつける。
- ⑥ パセリを加えて完成。