

★切り干しだいこんのサラダ

◆材料（4人分）

- ・切り干しだいこん : 15g
 - ・砂糖 : 小さじ 1
 - ・うすくちしょうゆ : 小さじ 1
 - ・水 : 大さじ 2
 - ・きゅうり : 50g
 - ・キャベツ : 50g
 - ・にんじん : 15g
 - ・まぐろ油漬 : 40g
 - ・レモン果汁 : 小さじ 1/2
 - ・マヨネーズ : 大さじ 2
 - ・うすくちしょうゆ : 小さじ 1/4
- } A
- } B



◆給食の献立例

ごはん 牛乳
 かわいいのから揚げ
 切り干しだいこんのサラダ
 赤だしみそ汁

◆作り方

- ① 切り干しだいこんは水戻しして約5cmに切り、Aの調味料で下煮する。
 - ② きゅうりは輪切り、キャベツ、にんじんはせん切りにし、ゆでて冷ます。★1
 - ③ まぐろ油漬は油を切り、レモン汁をふっておく。
 - ④ ①～③をBの調味料であえる。
- ★1 きゅうりは生のまま使用してもOKです。

*この分量は大量調理の場合のものです。
 ご家庭では調整をお願いします。