

★ポテトの香味あえ

きゅうしょく
給食メニュー

◆材料（4人分）

- ・じゃがいも : 中1個
- ・マヨネーズ : 大さじ1
- ・食塩 : 少々
- ・いりごま : 小さじ1
- ・青のり : 適量
- ・こしょう : 少々



◆作り方

- ①じゃがいもは皮をむいてひと口大に切り、耐熱容器に入れてラップをし、電子レンジ（600W）で4分～5分加熱する。
- ②①に、マヨネーズ、食塩、いりごま、青のりを加えて混ぜる。