



給食メニューを紹介
します。今月は、キ
ムチを使った「根っ
こ野菜のごまキムチ汁」
です。

紹介してほしいメ
ニューがありましたら、給食センターまで
ご連絡下さい。

根っこ野菜のごまキムチ汁

材 料 4 人 分

豚肉（小間切）・・・40g
にんじん・・・・・・・・50g
ごぼう・・・・・・・・30g
だいこん・・・・・・・・120g
さといも・・・・・・・・80g
油揚げ・・・・・・・・15g
とうふ・・・・・・・・80g
白菜キムチ漬け・・・40g
根深ねぎ・・・・・・・・15g
油・・・・・・・・適量
みそ・・・・・・・・45g
白すりごま・・・・・・・・5g
ねりごま・・・・・・・・10g
だし汁・・・・・・・・400cc

作り方

- ① 野菜は食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に油をひき、豚肉を炒める。
- ③ 野菜、だし汁を入れ煮込む。
- ④ 白菜キムチ、みそ、ごまを入れる。
- ⑤ 豆腐を入れる。
- ⑥ ねぎを入れて出来上がり。
※寒い日にからだが温まる料理です。

