

おすすめメニュー



【献立の例】

- ★ 麦ごはん
 - ★ 鶏肉の若狭梅ジャム焼き
 - ★ ジャガビー
 - ★ 具だくさんみそ汁
 - ★ しそ味ひじき
 - ★ 牛乳



《おすすめポイント・調理のポイント等》

若狭地方でとれた梅を使ったメニューです。梅ジャムの甘さとさっぱりとした酸味がおいしい一品です。梅に含まれるクエン酸が、鶏肉をやわらかくしてくれます。調理のポイントは、焦げすぎを防ぐことです。梅ジャムを使っているので、焦げやすいこの料理は、アルミホイルなどをかぶせて、蒸し焼きのようにしてもよいと思います。