



主菜



ポテトのチーズマヨネーズカップ焼き



©富士宮市さくやちゃん

パンに合うお
かずです。冷
凍ポテトを使
うと手軽に作
ることができますよ！

材料(4人分)

小学校3・4年生の量です

- たまねぎ 1/4個
- 冷凍ポテト角切り 180g
- ツナ缶 1缶
- コーン 40g
- シュレッドチーズ 40g

(A)

- しょうゆ 小さじ1
- マヨネーズ 大さじ2
- 塩 少々
- こしょう 少々
- 乾燥パセリ 少々
- 耐熱カップ 4枚

作り方

- ①たまねぎは薄切りにし、ツナ缶は汁を切っておく。
- ②材料と(A)の調味料を全てよく混ぜる。
- ③耐熱カップに入れてオーブントースターで焼き目がつくまで焼く。

※冷凍ポテトの代わりに生のじゃがいもを使う場合は、一口サイズに切り、下茹でまたは電子レンジで加熱しておくとうよい。

※実際の学校給食レシピをご家庭で作りやすいように内容を一部アレンジしています。

献立例



- 牛乳
- パン
- ポテトのチーズマヨネーズカップ焼き
- フルーツミックス
- 鶏肉と野菜のスープ

