レシピ紹介　～給食メニューから～

※レシピは家庭用にアレンジしています。

きのこスープ

副菜

【幼児４人分】

しめじ	60g
えのきたけ	40g
にんじん	30g
水	500mlくらい
鶏がらスープ	5g（小さじ1と2/3）
しょうゆ	4g（小さじ2/3）
塩	0.5g（ひとつまみくらい）

① しめじは石づきをとり、ほぐす。えのきは根元を落として、食べやすい長さに切る。にんじんは千切りにする。
② 湯を沸かし、にんじん、えのき、しめじを加える。
③ カッコの調味料を加え、味を調える。





「き、き、きのこ！」と、食べながら思わず歌が出てしまいます。