

給食×レシピ

町立小・中学校の『学校給食』で評判のメニューをご紹介します
学校給食センター ☎ 049(294)2242

No.09 鶏肉の桂木焼き

カリッとした皮がジューシー♪ご飯が進みます。

1人分 117kcal
塩分0.6g

作り方

- ① A の材料を混ぜ合わせ、鶏肉を 30 分以上漬
け込む
- ② ①から鶏肉を取り出し、180℃に熱したオーブ
ンで 20 分焼く
- ③ 肉の中心まで火が通っていればできあがり



フライパンを使用する場合は
サラダ油(分量外:適宜)を熱して皮面から先に焼き、
焼き色がついたら裏返します。火を弱めにして中心まで
しっかりと火を通しましょう

給食の人気メニューに「鶏肉のマーマレード焼き」があります。パンの日の主菜メニューとして度々給食に登場していますが、「鶏肉の桂木焼き」は、この「鶏肉のマーマレード焼き」をごはんに合うおかずになるようアレンジしたものです。毛呂山町産のゆずジャムを使用した鶏肉の照り焼きで、子どもたちにも大変好評です。

材料(1人分)	分量
鶏もも肉皮付き	1枚(50g)
A 塩	0.25g
こしょう	0.02g
しょうゆ	1.8g
酒	1.8g
ゆずジャム	4g
サラダ油	0.4g

「桂木焼き」という料理名は、毛呂山町のゆずが「桂木ゆず」として古くから広く知られていたことにちなんでつけたものです。ほのかに感じるゆずの香りは、私たちのすむふるさと毛呂山町の香りです。炊きたてのごはんと一緒にどうぞ!

大会テーマ 和気あいあい

第51回

町民レクリエーション大会

日時 10月7日(日) 午前8時から(雨天中止)

場所 大類グラウンド

※駐車場に限りがあるため、乗り合わせまたは大会用バスなどでご来場ください。

※大会中止の場合は、防災行政無線でお知らせします。

問合せ 教育委員会スポーツ振興課(毛呂山総合公園体育館内) ☎ 049(294)7101

※写真は第50回町民レクリエーション大会の様子です。