

## ☆新メニュー紹介

### 酢豚



久々の復刻メニュー  
です。

材料（幼児1人分）	分量（g）	作り方	
豚もも肉（小間切れ）	25	①豚肉はAで下味をつけておく。	
A {	しょうが	0.7	②人参は小さめに乱切り、玉ねぎ・ピーマンは角切りにして、茹でる。
	しょうゆ	1.5	③干しシイタケはもどしておき、刻む。
	酒	1.5	④じゃがもは一口大に切り、素揚げにする。
片栗粉	5	⑤①に片栗粉をつけて揚げる。	
油	4	⑥鍋に、Bと③ともどし汁を入れて煮立たせ、野菜・豚肉を入れてからめる。	
人 参	15		
玉ねぎ	15		
ピーマン	8		
干しシイタケ	1		
じゃがいも	20		
B {	砂糖	2	
	しょうゆ	3	
	ケチャップ	5	
酢	2		
片栗粉	0.5		
【栄養価】			
エネルギー	150kcal	蛋白質	6.4g
脂質	6.7g	カルシウム	13mg
鉄分	0.5mg	塩分	0.9g