

下諏訪町保育園給食レシピのご紹介

納于一和え



<材料>

(おとな2人 こども2人分)

ほうれん草	60g
白菜	120g
チーズ	30g
挽き割り納豆	60g
めんつゆ	12g
しょうゆ	少々

<作り方>

- 1 ほうれん草は2cmくらいに、白菜は1cm中に切る。
- 2 たっぴりの湯で1のほうれん草と白菜を茹で、水を切り、冷ます。
- 3 チーズを1cm角のダイスに切る。
- 4 ボールにほうれん草、白菜、チーズ、挽き割り納豆とめんつゆを入れて混ぜ合わせて、できあがり。

7月10日は納豆の日

