

おうちで作ろう

みんなの学校給食レシピ



献立名

夏バテ予防メニュー

- キムタクごはん
- わかめスープ
- 鶏のスパイシー焼き



今日の
レシピ

鶏のスパイシー焼き

材料（5人分）

鶏モモ肉 50g×5個
塩 少々
こしょう 適量

【合わせ調味料】

カレー粉 小さじ1/4
マヨネーズ 大さじ3と1/2
にんにくペースト 大さじ1
粉チーズ 大さじ1と1/3
パセリ 適量

作り方

- ① オーブンを180℃に予熱しておく。
- ② 合わせ調味料をよく混ぜておく。
- ③ 鶏肉に塩こしょうで下味をつける。
- ④ オーブンシートを敷いた鉄板の上に③を並べ、上から【合わせ調味料】をかける。
- ⑤ 180℃のオーブンで15～20分焼いてできあがり。

曽於市大隅学校給食センター

食数 約900食

受配校 岩川小学校・菅牟田小学校・笠木小学校・大隅北小学校・
恒吉小学校・月野小学校・櫛小学校・高岡小学校・岩北小学校・
岩南小学校・大隅中学校・櫛幼児学園（合計11校・1園）



ひとくちメモ

大隅学校給食センターでは、手作りメニューにこだわっています。今回紹介した鶏のスパイシー焼きもカップに並べた鶏肉の上に手作り調味料を一つ一つ丁寧にのせ、じっくり焼いています。その他にも、グラタンやオムレツ、ハンバーグなど様々なものを手作りし、提供しています。また週に一回以上、日本型食生活のごはん、味噌汁の献立を実施し、和食の良さを感じてもらえるよう工夫をしています。今回紹介したメニューは7月に実施したもので、暑い夏でも食がすすむメニューです。児童・生徒・教職員からも「おいしかった」との感想が多かったレシピです。ぜひ、おうちで作ってみてください。