

おうちで作ろう

みんなの 学校給食レシピ

財部茶香る
鮭そぼろごはん

今日の
レシピ



献立名 そお good 給食

- そおのごはん
- 牛乳
- 財部茶香る鮭そぼろごはんの具
- そお good みそ汁
- ゆずゼリー



作り方

材料（5人分）

米	2.5合
煎茶	6g
サラダ油	2.5g
卵	2個
鮭フレーク	100g

- ① 米を固めに炊飯する。
- ② フライパンで煎茶を弱火で乾煎りし、香りが出てきたら火を止め、取り上げておく。
- ③ フライパンにサラダ油を入れ、溶き卵を流し入れ炒り卵を作り、取り上げておく。
- ④ 炊きあがったごはんには鮭フレーク・煎茶・炒り卵を混ぜてできあがり。

曾於市財部学校給食センター

食数 約830食

受配校

・財部小 ・財部南小
・中谷小 ・光神小
・諏訪小 ・深川小
・柳迫小 ・財部中
・諏訪幼児学園(合計9校)

財部学校給食センターでは毎月19日に「そお good 給食」を実施しています。今回の献立は令和4年5月のそお good 給食で提供したものです。乾煎りして香りを引き立てた曾於市産の新茶を鮭そぼろ・炒り卵とともにごはん混ぜこみました。お茶は飲むだけでなく、料理に取り入れることで食べ物としても香りを楽しむことができます。今回紹介したレシピのほか「魚の財部茶みそマヨ焼き」や「財部茶香る松風焼き」など曾於市産のお茶を給食に取り入れています。新茶を楽しめるこの時期にぜひお試しください。



お茶を乾煎りしている様子