

献立名 **広島たっぷりビビンバ** (広島菜漬, ちりめんじゃこを使ったアイデアごはん)

＜ひろしま給食メニュー認定基準＞ **広島菜漬とちりめんじゃこを使って、具を作る。**

材料	分量 4 人分	切り方等	作り方
ごはん	適量		① フライパンに、ごま油とにんにくを入れて熱し、香りが出てきたら、合いびきミンチを加えて炒める。 ② 白菜キムチ, 広島菜漬, ちりめんじゃこを加え, さらに炒める。 ③ ごはん, 調味料, ねぎを加えて, 炒め合わせる。 ④ 別のフライパンに油を熱し, 目玉焼きを作る。 ⑤ ③の上に④の目玉焼きをのせ, ごまをふる。 (※写真はアレンジ版です)
合いびきミンチ	150g		
白菜キムチ	140g	2 ㍉幅	
広島菜漬	150g	2 ㍉幅	
ちりめんじゃこ	30g		
にんにく	1 かけ	みじん切り	
ごま油	大さじ 1		
ねぎ	20g	小口切り	
白ごま	大さじ 1		
【調味料】			
こしょう	少々		
塩	少々		
酒	小さじ 1		
しょうゆ	大さじ 1		
【目玉焼き】			
卵	4 個		
油	大さじ 1		

