

献立名 **まんさい！ひろしまご飯** （広島県産の食材を豊富に使った混ぜご飯）

<ひろしま給食メニュー認定基準> **広島県産の食材3品以上をご飯に混ぜる。**

材料	分量4人分	切り方等	作り方
米	2合		① 米を炊く。 ② 合わせ酢を作り、炊き上がったごはん混ぜる。 ③ たこ、広島菜漬け、ちりめんじゃこをからいりする。 ④ ②の酢飯に③の具を混ぜる。 ⑤ 梅干し、白ごまを混ぜる。
酢	大さじ2		
砂糖	小さじ4		
塩	小さじ1/2		
レモン汁	小さじ2		
※市販の合わせ酢にレモン汁を加えてもできます。			
たこ	100g	小口切り	
広島菜漬け	100g	細かく刻む	
ちりめんじゃこ	20g		
梅干し	2個	細かく刻む	
白ごま	適量		

