

学校給食のおすすめレシピ

あじの チーズパン粉焼き

献立の組み合わせく例>

- ・ごはん
- ・あじのチーズパン粉焼き
- ・スタミナ納豆
- ・さつまいも入り豚汁
- ・牛乳



【材料】	※小学校中学年	4人分		
	あじ(50g切り身)	4切	乾燥パン粉	大さじ3
	*マヨネーズ	大さじ4	粉チーズ	大さじ3
	*玉ねぎ	5g	乾燥バジル	小さじ1
	*塩こしょう	少々	ガーリックパウダー	少々

【作り方】

- ① 玉ねぎはみじん切りにして水にさらす。よく水気を絞り、*の材料を合わせてマヨネーズソースを作る。
- ② 乾燥パン粉、粉チーズ、乾燥バジル、ガーリックパウダーを合わせておく。
- ③ グラタン皿にあじの切り身を並べ、①のマヨネーズソースを塗り、上から②をかけ、余熱したオーブンで180℃12分程度焼く。

