



はくい幼稚園

# 和風ラーメン(1人分)

主食

\* 材料名 (※汁物として提供した場合)

生中華めん	15g
白菜	15g
もやし	10g
にんじん	5g
ねぎ	5g
砂糖	0.6g
塩	0.7g
濃口しょうゆ	2g
薄口しょうゆ	1g
みりん	1.5g
料理酒	1.5g
ごま油	0.5g
煮干し・昆布だし	適量

\* 作り方

1. 野菜を食べやすい大きさに切って出汁で煮込み、Aで味付けする。
2. 麺をゆで、1に加えて、ごま油を入れたら出来上がり。

## 【先生方のコメント】

煮干しと昆布で出汁を取るのので、あっさりしています。

あっさりして食べやすいので、子ども達はよく食べてくれます。



A