



舟見が丘保幼稚園

バンサンスー(1人分)



おかず

* 材料名

春雨	7g
ハム	5g
卵	20g
油	少々
きゅうり	15g
にんじん	5g
砂糖	2g
酢	2g
しょうゆ	3g
ごま油	0.5g

* 作り方

1. 春雨はゆでて水で洗い、食べやすい長さに切る。
2. きゅうりとにんじんは千切りにし、薄く塩をする。
3. ハムは千切りにし、ゆでておく。
4. 卵は錦糸玉子にする。
5. 調味料を合わせ、すべての具材と和える。

【先生方のコメント】

さっぱりと食べやすく、小さい子は「ツルツル」と言って喜んで食べます。

