



岩見沢産かぼちゃのサイコロ揚げ

～表面がカリッ！中がホクホク！かぼちゃとさつまいものやさしい甘さがおいしい一品です～



<給食で提供されたメニュー>

冷やしごまだれうどん

岩見沢産かぼちゃのサイコロ揚げ

牛乳

エネルギー 153 kcal (1人分) 食塩相当量 0 g (1人分)

材料(4人分)

さつまいも(小さめの角切り)	大 1/2 本(160g)
かぼちゃ(小さめの角切り)	約 1/4 個(200g)
揚げ油	適量
グラニュー糖	大さじ 1/2
バター	小さじ 2

作り方

- 【1】 さつまいもとかぼちゃを油で揚げる。
- 【2】 【1】が熱いうちにバターをからめ、グラニュー糖をふって完成。