

# 給食簡単大人気メニュー

## 五位堂保育所



旬のさつまいもと  
これから美味しくなる  
白菜がたっぷり入った野菜の甘みを  
しっかりと感じられる  
優しい味のスープです。

### さつまいもスープ



《材料》 (4人分)  
さつまいも 1本  
白菜 1/8玉  
にんじん 1/3本  
ベーコン 50g  
パセリ(あれば) 少々

コンソメ 2個  
水 600cc  
塩 少々  
コショウ 少々

### 《調理過程》

- ① さつまいもは2cm厚のいちよう切りにし水にさらしておく
- ② 白菜は3cmほどの角切りにする
- ③ にんじんは5mmのいちよう切りにする
- ④ 鍋に水、にんじん、さつまいもをいれ火にかける
- ⑤ 沸いたら、ベーコンと白菜を入れる
- ⑥ 野菜が柔らかくなったらコンソメ、塩、コショウで味を整える
- ⑦ パセリを散らして仕上げる

スープにすることで  
野菜の栄養を  
たくさん摂ることが  
できます。  
少食のお子様にも  
オススメです。

