

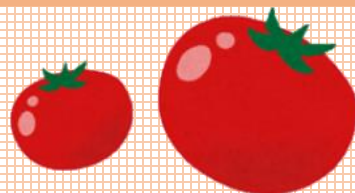
吹田市の小学校給食メニュー イタリアンスープ



素材のうま味がたっぷりつまった
子供たちに人気の給食メニューです。
クリスマス料理の1品に、ぜひ
ご家庭でお試しく下さい。



材料・分量（4人分）



鶏もも肉	90 g	A	トマトケチャップ	54 g
ゆで大豆	60 g		こしょう	少々
キャベツ	180 g		こいくちしょうゆ	6 g
玉ねぎ	120 g		砂糖	3 g
人参	60 g		固形スープの素	1個
セロリ	30 g		水	460 g
にんにく	6 g			
トマト水煮	90 g			
オリーブ油	3 g			

栄養量（1人分）

エネルギー	80 kcal	脂質	1.4 g
たんぱく質	6.0 g	食塩相当量	0.8 g

※記載の分量は給食での子供6人分になります

作り方



吹田市動画配信チャンネルで
ご覧いただけます



「イタリアンスープ」は、かるしおアレンジメニューの
1つです。子供たちの食塩のとりすぎを防ぐため、給食
を通じて減塩の大切さを伝える取組を実施しています。
詳しくは下記QRコードからご覧ください！

