



1日2食は3皿食べよう ～1・2・3でバランスごはん～

ポテトとチーズのカップ焼き

材料 (4人分)

- じゃが芋・・・200g
- ベーコン・・・35g
- ★ オリーブ油・・・大さじ1
- ★ 塩・・・少々
- ★ 黒こしょう・・・少々
- シュレットチーズ※・・・50g
- 耐熱紙カップ・・・4枚



※シュレットチーズ：細かい短冊形に刻んであるチーズのこと

作り方

- ① じゃが芋は皮をむき、1.5cm角に切ったら水にさらす。ベーコンは細切りにする。
- ② ①のじゃが芋を下茹でする。
- ③ 茹でたじゃが芋とベーコン、★を混ぜる。
- ④ 耐熱紙カップに③を入れて、上にシュレットチーズをのせる。
- ⑤ オーブントースターで10分焼いて、チーズに焼き目がついたら出来上がり。



野菜を食べよう！ 目指せ1日350g



過去のレシピは
コチラ👉



30・10 運動



お問い合わせ
松本市東部給食センター
電話：45-1120(直通)