



『鮭のマヨネーズ焼き』



●材料

分量（4人分）

鮭（50g） （塩・こしょう）	4切れ
マヨネーズ	40g（大さじ4）
乾燥パセリ	少々
アルミカップ	4枚

●作り方

1. 鮭に塩こしょうをしておく。
2. アルミカップに魚を入れ、マヨネーズを塗り、パセリをふる。
3. オーブンで230℃15分くらい焼く。

●ポイント

オーブンがない場合は、グリルでも焼けます。

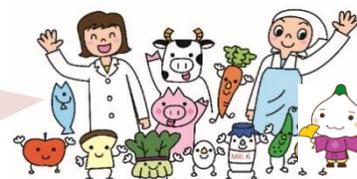
●学校給食献立例



- ・ちらし寿司
- ・鮭のマヨネーズ焼き
- ・和え物
- ・お心のすまし汁
- ・ひあなられ ・牛乳



鮭ではなく、白身魚や鶏肉でも美味しいですよ！！



水巻町学校給食レシピ