

す 酢めし(炊飯器で)



エネルギー：275kcal
たんぱく質：6.4g
食塩相当量：0.9g
(1人当たり)

ワンポイント

炊飯器で炊くだけの簡単酢飯です。
酢や塩は少なめにしています。この日は手巻き寿司でした。



ざいりょう

材料(4人分) ※給食では調味料が少なめです。調整してください。

こめ 2合
こめす 酢 大さじ2
さとう 砂糖 大さじ2

しお 塩 小さじ $\frac{1}{2}$

わふう 和風だしの素 小さじ $\frac{1}{2}$

作り方

- 炊飯器に、米と調味料を全て入れる。
- 水を2合のメモリのところまで入れ、炊飯。