

## 給食メニューを

## 作ってみよう！

### 鶏肉のオレンジソース

#### 材料（1人分）

皮なし鶏もも肉	50g
塩	0.2g
こしょう	0.02g
油	0.2g
マーマレード	6g
濃口醤油	2.2g
赤ワイン	0.5g
でん粉	0.15g
水（でん粉の水溶き用）	0.15g

#### 作り方

- ① 鶏肉（10～15gカット）に塩・こしょうをして焼く。
- ② マーマレード～でん粉を加熱してたれを作る。
- ③ 鶏肉にたれをかける。

