

鶏肉のパン粉焼き

〈材料〉 大人2名子ども1名分

鶏もも肉	330 g
パン粉	24 g
パセリ粉	1.8 g
マヨネーズ	12 g
塩	少々

〈作り方〉

- ①鶏もも肉に塩をまぶし、パセリ粉を加えマヨネーズで揉みこむ。
- ②パン粉を両面にしっかりと着ける。
- ③オーブンで200℃20分程度焼く。（火の通りを確認しながら）
- ④食べやすい大きさに切り、皿に盛る。



※マヨネーズに含まれる油と酢が鶏肉を柔らかくジューシーにします。

※付け合わせにこぶき芋や千切りキャベツ、トマトなどが良く合います

子どもたちに大人気のメニューです！是非ご家庭でもお試しください。
作り方などご不明な点がございましたら給食室にご質問ください。