

# みんなのレシピ

(財)宮城県学校給食会

材料		料理の特徴
材料名	分量(g)	
純パンプキン	80g	<p>北海道産のカボチャペーストをポタージュスープにしました。温かいのはもちろん、冷たくしてもおいしい一品です。</p> <h2>パンプキンポタージュ</h2>  <p>調理のポイント お好みでブロッコリーなどの野菜を入れてもおいしいです。</p>
牛乳	60g	
玉ねぎ(みじん切り)	10g	
ベーコン	5g	
生クリーム	4g	
バター	2.5g	
コンソメ	2.5g	
塩	適量	
こしょう	適量	
水	適量	
作り方		
鍋にバターを溶かし、みじん切りにした玉ねぎとベーコンを炒める。		
コンソメと水、純パンプキンを加えて煮込む。		
牛乳を加え、塩とこしょうで味をととのえる。		
最後に生クリームを加えて完成。		
栄養価		
エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム マグネシウム 鉄 亜鉛 ビタミンA ビタミンB1 ビタミンB2 ビタミンC 食物繊維 食塩相当量		

### < 県学給取扱い商品名と商品特徴 >

製品画像	商品名	規格	供給価格	特徴
	純パンプキン	1kg	580円	北海道産のカボチャをペーストにしました。豊富なビタミンAとカロチンが手軽に摂取いただけます。
	学給ベーコン短冊	1kg	2,050円	豚バラ肉をじっくり調味した無塩せきベーコンです。使いやすく、約40×14mm、厚み約1.5mmの短冊切りにしてあります。調味料(アミノ酸)・保存料(ソルビン酸K)・発色剤(亜硝酸Na)・酸化防止剤・着色料・pH調整剤を使用しておりません。