

# 6月誕生会レシピ

令和6年 7月  
新堀保育園



冷やし中華

フルーツヨーグルト



## 冷やし中華

🍅材料(子ども3~4人分)🍅

生中華麺	350g
チャーシュー	3~4枚
トマト	1個
きゅうり	1本
もやし	80g
錦糸卵	卵1個分
めんつゆ	大さじ2
冷やし中華タレ	大さじ2
だし汁	160cc
ごま油	大さじ1

### 🍌フルーツヨーグルト🍌

好きな果物(缶詰でも)  
食べやすい大きさにカットして  
プレーンヨーグルトと混ぜるだけで  
出来上がり!!

### 🍅作り方

- ① 鍋に麺を茹でる用の水をたっぷり入れ火にかけます。
- ② 野菜を洗い、きゅうりはヘタをとって干切りにします。トマトはヘタをとって半月切りにします。もやしはゆでておきます。
- ③ ボールに、めんつゆ、冷やし中華のたれ、だし汁、ごま油を合わせておきます。
- ④ 1の水が沸騰したら中華麺を入れ、パッケージの記載通りに茹でます。茹で上がったなら流水で洗いながら冷やします。
- ⑤ 器に麺を盛り付け、2と錦糸卵とチャーシューを乗せ、3のタレをかけたなら完成です。

誕生会ケーキは  
かえるケーキでした🐸

