

9/22 (火) お昼

さつま芋ご飯の作り方

1



さつま芋ご飯の具材とタレと一緒に
入っています。炊き上がりご飯、
1人前150gを準備します。

2

具材をレンジか湯せんで
温めます。

3



炊き上がったご飯(1人前150g)に
具材(1人前40g)を入れます。

5



器に盛りつけて完成です。

4



よく混ぜ合わせます。