

作ってみませんか！ 給食の味！

令和8年度 第4号
伊佐市立学校給食センター



ケチャップの甘酸っぱさに、ウスターソースやマヨネーズのコク、レモン果汁のさわやかさでまろやかな味付けです。

ハンバーグのソースとしては、もちろんですが、油で揚げた白身魚や鶏肉などのソースとしてもおいしく食べられます！

マリアナソース

この日は、ハンバーグにかけて提供しました！

(パンにキャベツと挟んでセルフハンバーガーにしました)

(材料)4人分

サラダ油	適量
たまねぎ	1/2個
ケチャップ	45g
ウスターソース	8g
マヨネーズ	15g
三温糖	8g
レモン果汁	4g
パセリ	2g



<作り方>

- ① サラダ油をひき、玉ねぎを炒める。
- ② 調味料を加える。
- ③ 刻んだパセリを加える。

