



こんげつ きゅうしょく とうじょう こ だいにん き か
今月の給食に登場した子どもたちに大人気の「変わりピザ」
きゅうしょくしつ ちょうり ようす しょうかい
について、給食室での調理の様子を紹介します。

ざいりょう 【材料】

- ほそ ぎ 細切りチーズ
- かん あぶらづけ ツナ缶（油漬）
- ★ コーン（冷凍）
- ほそ ぎ ピーマン（細切り）
- ピザソース
- かわ ぎょうざの皮

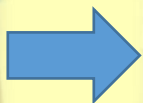


たきがわしょうがっこうぜんいんぶん
滝川小学校全員分の

ピザの具です。

かた 【作り方】

- ① ★の材料を混ぜ合わせる。



かわ ぐ
②ぎょうざの皮に①の具をのせる。



ふんかん や
③200℃のオーブンで 5分間、焼く。



できあがり！



まえ
オーブンに入れる前のピザです。

【家庭での調理のヒント】

・オーブントースターでも焼けます。途中でこげそうになった場合は、アルミホイルを上にかぶせてください。

・低学年は具を混ぜたり、
ぎょうざの皮にのせたりするところ、
中学年以上は包丁で具を切る



ところからと、発達段階に応じて大人と一緒に子どもも調理できるメニューです。

【ピザの具のヒント】

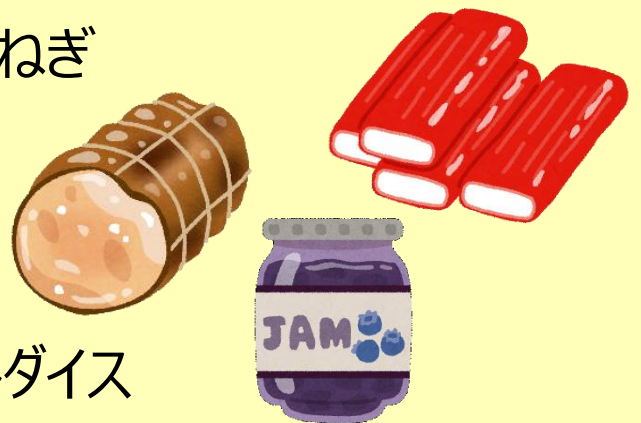
・ツナの代わりにハムやベーコン、かにかまぼこやちくわ

・ちりめんじゃこ+きざみのり+青ねぎ

・明太子+マヨネーズ+青じそ

・焼き豚+白ねぎ

・ブルーベリージャム+アーモンドダイス



※水気の多いものや生もの（火が通りにくい生の肉など）は短時間の加熱なので適していません。

※大きめの皮で作るとボリュームが出るのでおすすめです。

こんだて
【献立のヒント】

こ だいにん き か て ま
子どもたちに大人気の「変わりピザ」ですが、手間が
かかるため、ひとり 1 枚しかつけることができません。その
ため、他のおかずでボリューム、栄養価を補うようにして
います。

こんかい ぶたにく や さい
今回は豚肉や野菜など
をたくさん使った「豚肉と
野菜のスープ煮」と組み
あ 合わせています。



に ぐ
スープ煮の具です。

ぶたにく ほか
豚肉の他に、じゃがいも、むきえだ
まめ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、
にんにくがはいっています。

