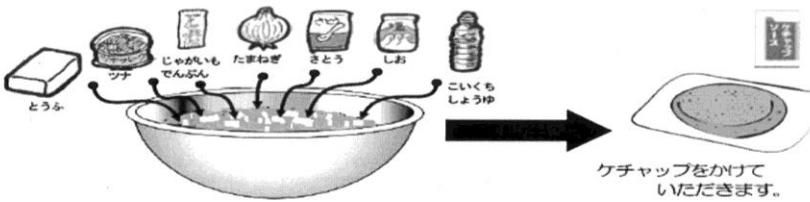


12月23日(月)

とうふハンバーグ

とうふハンバーグは、材料をよく混ぜ合わせて、一人一個ずつにまとめたあと、焼き物機で焼いています。卵を使っていないので、卵アレルギーの人も食べることができます。



きょうのこんだて

しょくパン (ソフトマーガリン)
ぎゅうにゅう
とうふハンバーグ
カリフラワーのスープに
スライスチーズ

き	(おもにエネルギーのもとになる) しょくパン でんぶん、さとう ソフトマーガリン
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう ツナ(かんづめ) とうふ、ぶたにく スライスチーズ
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、キャベツ カリフラワー、にんじん むきえだまめ、しめじ

クイズ16 スライスチーズは、赤・黄・緑のどのグループの食べものですか。

① 赤のグループ ② 黄のグループ ③ 緑のグループ

一口メモ

○先週の金曜日に2年生がなかよし畠で収穫した

さつまいもを使って「ふかしいも」を作りました。

子どもたちは、さつまいもの皮をピーラーを使って
むいたり、皮をむいたさつまいもを包丁で切ったりしました。
切ったさつまいもは、蒸し器で30分蒸して食べました。
蒸したてのさつまいもは、ホクホクとおいしく食べました。



○今日の主菜は「とうふハンバーグ」です。材料は、とうふ、ツナ(かん)、小さく切ったたまねぎ、でんぶん、さとう、しお、こいくちしょうゆです。

材料を合わせて、練るようによせてひとり1こずつに丸めて、焼き物機で焼きました。

食べるとときにケチャップをかけて食べましょう。



たまねぎ	北海道	にんじん	長崎県	しめじ	長野県
キャベツ	愛知県	カリフラワー	徳島県	むきえだまめ(冷)	台湾

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①