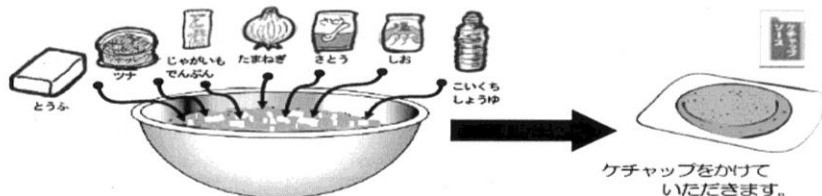


12月23日(月)

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。



ケチャップをかけていただきます。

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 でんぷん、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しょうか。

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年生がなかよし畑で収穫した

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、でんぷん、さ

とう、しお、こいくちしょうゆです。

材料を合わせて、練るようにまぜてひとり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 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ①