

# 12月12日(火)

## とうふハンバーグの作り方

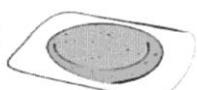
① とうふ以外の材料を練るよう、よく混ぜ合わせる。



② とうふを加えて、さらに混ぜ合わせる。



③ 1人1コずつにまとめて焼く。



### きょうのこんだて

とうふハンバーグ  
スープに  
スライスチーズ  
こくとうパン  
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ツナ(かん)、とうふ ぶたにく、スライスチーズ ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) でんぶん、さとう こくとうパン
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) キャベツ、たまねぎ、にんじん、 カリフラワー、むきえだまめ しめじ

クイズ8 チーズは荷から作られた食べ物でしょうか。

① さかな ② だいす ③ 牛にゅう

### 一口メモ

○今日の主菜は「とうふハンバーグ」です。給食では、給食室で

一人1こずつに小判型にしています。

材料は、ツナ(缶)、荒みじんに切ったたまねぎ、でんぶん、さとう、しお、こい口しょうゆを先に練るように、よくませ合わせます。その中に、とうふを加えてませ合わせて、形を作ります。



食べるとときにケチャップをかけて食べましょう。



### 【おまけクイズ】

今日のとうふハンバーグのように給食室で手作りしているおかずは、つぎのうちどれでしょうか。

① 焼きハンバーグ

② たこボール

③ あげギョーザ

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	むき枝豆(冷)	台湾

ごみの分別□普通ごみ…牛乳キャップ、スライスチーズの包装□今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：③ おまけクイズの答え：②