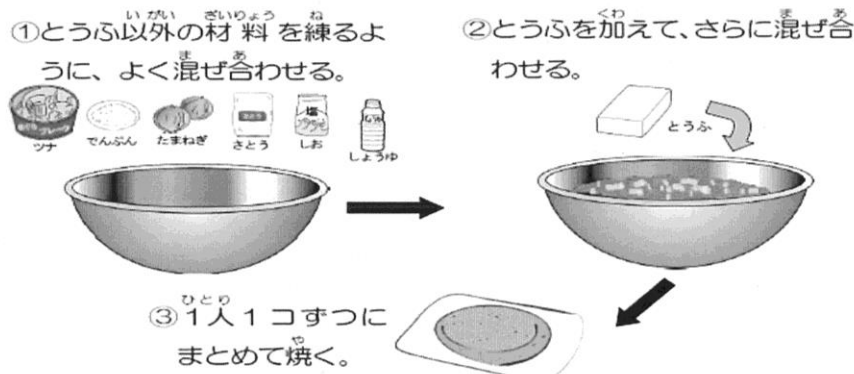


12月12日(火)

とうふハンバーグの作り方

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) でんぷん、さとう こくとうパン
みどり	(おもにからだのちょうしきをととのえる) 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 チーズは何かから作られた食べ物でしょうか。
① さかな ② だいず 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コ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、でんぷん、さとう、しお、こい口しょうゆを先
に練るように、よくまぜ合わせます。その中に、とうふを加えてまぜ合わせて、形を作ってい
きます。



食べるときにケチ
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