

【本郷小学校 6 年 志賀 百々音さん考案】



冬野菜と肉だんごの洋風スープ



＜メニューのポイント＞
(志賀さんより)

れんこんにシャキシャキ感が残る
くらいの火加減で煮こむことが大切です。

給食では、大量調理の都合上、
市販品の肉だんごを使用しました



【材料 4 人分】

白菜	6～8 枚
肉だんご	
豚ひき肉	300g
玉ねぎ	1/2 個
とき卵	1/2 個分
片栗粉	大さじ 3
塩	少々
こしょう	少々
れんこん	1 節くらい
コンソメ	10g
トマト水煮缶	1 缶
塩	少々
こしょう	少々

【作り方】

- ① 野菜をよく洗う。玉ねぎは、みじん切り、白菜はざく切り、れんこんはいちょう切りにする。
- ② 肉だんごの材料を混ぜて 12 等分にする。沸騰した湯でゆでて、アクを取る。
- ③ ②に、コンソメとトマト缶を入れて、煮立て、白菜とれんこんを加える。しんなりしたら火を弱め、中火にして煮込む。
- ④ 野菜に火が通ったら、塩こしょうで味を調える

～食べた小・中学生からの感想～

・今日のおかずで、洋風スープが一番人気でした。
・みんなで「おいしいね」と言いながら食べました。



提供した給食
＜小学校 2 月 27 日、
中学校 2 月 26 日＞

阿見町立学校給食センター

