

【君原小学校 3 年 廣岡竜誠さん考案】



ほうれん草ミックスやさいスープ



＜メニューのポイント＞

（廣岡さんより）

野菜をこまかくして入れました。
野菜をよく炒めて、やわらかくしました。

【材料 4 人分】

にんじん	2 本
ほうれん草	2 束
卵	4 個
コンソメ	大さじ 1



【作り方】

- ① 野菜はよく洗う。
- ② にんじんはいちょう切り、ほうれん草は 2～3 cm の長さに切る。
- ③ 鍋に水を入れ火にかける。にんじんを入れる。
- ④ にんじんがやわらかくなったらほうれん草を入れる。
- ⑤ ときたまごを回し入れる。コンソメを入れて味を整える。
- ⑥ 器に盛り付けて完成！

～食べた小・中学生からの感想～

・お友達が考えたスープだったので、みんなでお話しながらおいしく食べました。
・スープに卵が入っていたので、野菜が苦手でも食べやすかったです。

提供した給食

＜小学校 2 月 19 日
中学校 2 月 26 日＞



阿見町立学校給食センター