

10月 図書コラボ献立 【14ひきのあさごはん・14ひきのかぼちゃ】

献立は、子供パンスライス、牛乳、14ひきのかぼちゃコロッケ、茹でキャベツ、おとうさんのきのこスープです。いわむらかずおさんがかいた絵本、『14ひきのあさごはん』と『14ひきのかぼちゃ』に出てくる料理をイメージしたものです。



絵本に出てくるのは、14ひきのねずみたちです。おとうさん、おかあさん、おじいさん、おばあさん、そして10ひきのきょうだいたち、みんなで14ひきのねずみのかぞくは、森の大きな木の家にすんでいます。14ひきは、森のなかで食べる物をさがしたり、楽しく遊んだり、毎日なかよくくらしています。

今日の献立にある「14ひきのかぼちゃコロッケ」は、みんなが種をまいて、雨の日もあらしの日もいっしょうけんめい育てたかぼちゃで作ったコロッケです。

そして、「おとうさんのきのこスープ」は、かぞくみんなで食べるあさごはんのために、おとうさんが作ったスープです。

『14ひきのかぼちゃ』と『14ひきのあさごはん』の本は、図書室にあります。



今日の給食を食べてからむと、さらに絵本を楽しめますので、読んだことがある人も、まだ読んだことがない人も、図書室で

借りて読んでみてください。今日もおいしくいただいでください。




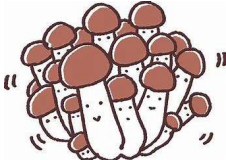
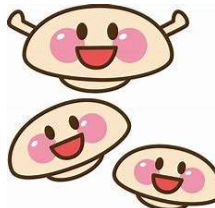
令和3年10月29日(金)

【14ひきのかぼちゃコロケ】

材料	分量(4人分)g	作り方
かぼちゃ	280	① かぼちゃは小さく切って蒸す。熱いうちにつぶす。
玉ねぎ	60	② 玉ねぎはみじん切りにする。
豚ひき肉	20	③ フライパンに油を入れ、豚ひき肉をよく炒め、塩・こしょうする。
塩/こしょう	少々	玉ねぎを加えて、さらによく炒める。
油	2	④ ①③をよく混ぜて形を整える。
小麦粉	24	⑤ ④に小麦粉・溶き卵・パン粉の順に付けて、色よくからりと揚げる。
卵	少々	 
パン粉	40	
揚げ油	適量	
中濃ソース	20	



【おとうさんのきのこスープ】

鶏もも肉小間(皮なし)	40	① にんじんはいちょう切り、玉ねぎはスライス、じゃがいもは厚めの いちょう切りにする。
にんじん	40	
玉ねぎ	40	② しめじとまいたけは、細かくほぐす。
(冷凍)ホールコーン	20	③ 鍋にバターを溶かし、小麦粉を加えソースを作る。
じゃがいも	140	④ 別の鍋に、油を熱して鶏肉を炒める。色が変わったら、玉ねぎを加えて炒める。
しめじ	25	⑤ ④にスープを加え、にんじん、とうもろこし、じゃがいもを加えて煮る。
まいたけ	25	⑥ 野菜が柔らかくなったら、きのこ類を加えて煮る。
マッシュルーム水煮	40	⑦ ⑥に牛乳と③のソースを加えて煮る。
油	少々	  
塩/こしょう	少々	
バター	12	
牛乳	240	
小麦粉	12	
コンソメスープの素	少々	