

5月 図書コラボ献立 【月ようびはなにを食べる？】

このお話はアメリカのわらべうたです。  
曜日ごとに何が食べたいか、質問があります。  
いったい、だれが質問してだれが答えているのでしょうか。  
頭の中でいろいろな想像をしながら読んでいくと楽しいかも  
しれません。そしてそれぞれのページに動物が描かれています。

月曜のはりねずみとさやいんげんから始まって、最後の日曜日はさるとアイスクリーム！

みんな大好きなたべものです。作品の言葉の中に「おなかのすいたこ  
みんなおいで」というメッセージがあります。

そしてしめくりには、おなかのすいたこみんなでごちそうを食べて  
いる様子が出てきます。みんなで食べたなら楽しいし、おいしいですね。



## 【給食のスパゲティナポリタン】

材料	分量(4人分)g	作り方
スパゲッティ	180	① にんじん、ピーマン、きゃべつはせん切り、玉ねぎはスライス切り、キャベツは短冊切りにする。 ② スパゲティは、かために茹でる。 ③ 釜にサラダ油を熱し、豚肉・玉ねぎ・人参を炒める。 ④ ③にピーマン・キャベツ・マッシュルームを加えて、さらに炒める。 ⑤ ④に調味料を加え、②を加えて炒め合わせる。 ⑥ 粉チーズを加える。
豚もも肉小間切れ	60	
にんじん	80	
玉ねぎ	160	
マッシュルーム水煮	40	
ピーマン	40	
キャベツ	160	
粉チーズ	少々	
サラダ油	少々	
コンソメ	少々	
トマトケチャップ	140	
ウスターソース	16	
塩	少々	
こしょう	少々	

