

9月 図書コラボ献立 【とうめいにんげんのしょくじ】

今月は、「とうめいにんげんのしょくじから」と「とんかつとせんキャベツ」を紹介
します。

主人公の「ぼく」が夕ごはんを食べていると、となりに「とうめいにんげん」があら
われました。なぜか、ぼくの食べていたトンカツ、キャベツ、わかめのみそしるとごは
んを食べています。そしておもしろいことに、その食べたものがおなかの中にあるのが見えるのです。食
事が終わると、とうめいにんげんは、満足してどこかに行ってしまいました。そのあと、テレビを見てい
るとまた、とうめいにんげんが来てさらにお風呂にも一緒にはいりました。そしていつのまにかとうめい
にんげんは、ぼくの前に姿をあらわさなくなったのです。

そんなある日、楽しみにしていたケーキが冷蔵庫から消えてしまうことがおこりました。もちろん、と
うめいにんげんの仕業です。とうめいにんげんが見えないお母さんは、そんなことがあるはずがないと信
じてくれません。

でもある時、とうめいにんげんが、食事をしているところがお母さんにも分
かって信じたお母さんはとても楽しそう！お父さんにもそれが伝わり、家族
の食卓はとても賑やかになりました。ぼくも、とうめいにんげんと沢山のキ
ャベツを食べたり、とても楽しく食事をすることができました。とうめいに
んげんはすっかり家族の一員のようにになりました。



令和5年9月7日(木)

【とんかつ・せんきゃべつ】

材料	4人分量 (g)	作り方
豚ロース切り身	40g × 4枚	① 豚肉に塩・こしょうの下味をつけておく。
塩	少々	② ①に小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけて、色よく油で揚げる。
こしょう	少々	③ キャベツは、せん切りにする。【給食では、生食をしないので茹でる。】
卵	1個	④ 食べるときに、ソースをかける。
小麦粉	20	
生パン粉	20	
乾燥パン粉	20	
揚げ油	適量	
キャベツ	160	
中濃ソース	20	

