

>調査期間：平成10月20日～11月9日まで
>調査方法：市内小学5年生、中学2年生の各学校1クラス抽出して実施
>集計数：小学校388人、中学校404人

小中学校では、こんなトマト給食が人気だよ♪

小学校



No.1 平成27年
5月メニュー



チキンライス

No.2 平成27年
4月メニュー



ナポリタン

No.3 平成26年
11月メニュー



トマトのハヤシライス

No.4 平成27年
7月メニュー



トマトゼリーポンチ

中学校



No.1 平成27年
4月メニュー



ナポリタン

No.2 平成27年
5月メニュー



チキンライス

No.3 平成26年
11月メニュー



トマトのハヤシライス

No.4 平成27年
10月メニュー



ミートボールのトマト煮

2月10日のトマトメニュー 「トマトあんかけ中華そば」



【材料】4人分

豚もも肉・100g 一口大カット
ロールイカ・1/2杯 一口大カット
トマト・・・1個 種を取り角切り
玉ねぎ・・・中1個 薄切り
もやし・・・1/2袋
ほうれん草・・・1/2束 2cm幅
溶き卵・・・2個
サラダ油・・・適宜

A { 中華スープの素・小さじ2
だし汁・・・1.2L
しょう・・・大さじ2
生姜の絞り汁・小さじ1/2
塩・胡椒・・・適宜
ごま油・・・適宜
水溶き片栗粉・・・適宜
中華めん・・・4人分

【作り方】

1. 鍋にサラダ油をしき、豚肉、ロールイカを炒める。
2. 1にAの調味料を入れて玉ねぎ、もやし、ほうれん草、トマトの順に加える。
3. 野菜に火が通ったら塩、胡椒で味を調え、ごま油を回し入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
4. 卵を流し入れ、大きくかき混ぜて火を止める。
5. 茹でた中華めんを器に盛り、4を上からかける。

ご飯にかけて中華飯に、卵焼きの上からあんをかけたら天津飯に早変わりです♪



Copyright © 2011 東海新聞社. All rights reserved.