

12月11日 in 市立渡内小学校

東海市長、カゴメの方と一緒にトマト給食を食べました♪



トマト給食を食べる鈴木市長



皆で食べると
おいしいね!



トマト入りひきずり

毎月10日はトマトの日! みなさん毎月のトマト給食は楽しみですか。私が給食を食べていた時にはトマト給食はなかったので、実際に試食できる日を楽しみにしていました。トマト入りひきずりは、ほのかなトマトの酸味と甘さが引き立っており、とてもおいしかったです。これからも、トマトをきっかりとして、野菜をおいしくたくさん食べてもらえるように、健康づくり事業を展開していきますので、みなさん参加してください。

東海市 トマトで健康づくり担当

2月9日のトマトメニュー 「トマト入りとりまわりやき」



トマト給食コンテスト優秀賞メニュー!

【材料】 4人分

- 鶏もも肉-----200g
- トマト-----60g
- ねぎ-----15g
- エリンギ-----30g

- A {
- 酒-----大さじ1
 - 濃口しょうゆ-----大さじ1
 - 砂糖-----小さじ2
 - みりん-----小さじ2
 - 片栗粉-----小さじ1/2
 - 水-----小さじ1/2
 - サラダ油-----適量

【作り方】

1. 鶏肉は4等分に切る。トマトは1cm角、エリンギは5mm角、ねぎは小口切りにする。
2. フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉を焼く。
3. 鶏肉に火が通ったら、皿に盛り付ける。
4. 小鍋にトマト、ねぎ、エリンギ、Aの調味料を入れて煮立たせ、水溶き片栗粉を加え、とろみをつける。
5. 鶏肉に4のタレをかける。

*たっぷりの野菜ときのこが入ったソースがポイントです。

