

4月 30日（火）の献立



黒パン
牛乳
ハンバーグトマトソース
春雨サラダ
キャベツのスープ

<ハンバーグトマトソース>

豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、塩、こしょう、
ナツメグ、生パン粉、牛乳、卵をよく混ぜ
合わせて、一つ一つ形を作り、オーブンで
焼きました。にんにく、玉ねぎを炒めて、
ケチャップ、中濃ソースなど加えて作っ
たトマトソースとよく合います。

豆腐を使っているので、
ヘルシーです。

