

10月のおすすめメニュー(小学校14日、中学校12日) ☆三

- ・牛乳
- ・栗ご飯
- ・さばの胡麻焼き・ゆかり和え
- ・あさりの澄まし汁・安倍川豆腐団子

秋のお月見といえば「月見団子」。
給食では毎年、お月見メニューとして
団子を取り入れています。給食で提供
している団子は水の代わりに豆腐を使
った安倍川豆腐団子です。

簡単にできるので、お子さんと一緒に
作ってみませんか。



「安倍川豆腐団子」(4人分)

レシピを紹介!

【材料】

白玉粉	80g
小麦粉	50g
絹豆腐	100g

★ きな粉	大さじ2
砂糖	大さじ2
塩	少々

(作り方)

- ① 白玉粉と小麦粉を混ぜる。
- ② 豆腐をほぐし、①と混ぜる。
(固い場合は水を加える。)
- ③ 一口大に丸めてゆでる。
- ④ ★を混ぜておき、ゆであがった
③にまぶす。

安倍川だけでなく、みたら
し団子やあん団子にしても
おいしいよ。
いろいろ試してみてね!

