

# 10月22日(木)の給食

818kcal



## 献立

献立	材料
ごはん	米
ミートローフ	合挽ミンチ 牛乳 玉ねぎ にんじん グリーンピース うずら卵 生パン粉 塩・こしょう ナツメグ ケチャップ 砂糖 中濃ソース 濃口しょうゆ
ジャーマンポテト	ポテト ウインナー ブロッコリー オリーブオイル 塩・こしょう コンソメ顆粒
ほうれん草とコーンのマヨサラダ	ほうれん草 かにかま コーン マヨネーズ 酢
コンソメスープ	粒こしょう マカロニ パセリ コンソメスープ 塩・粒こしょう
フルーツ	バナナ



## ミートローフについて



ミートローフはアメリカの家庭料理である。  
型にひき肉や野菜を入れてオーブンで焼いた肉料理  
のことで、切り分けて食べるのが特徴だ。  
ハンバーグに似ているが、一番の違いは焼き方にある。  
ミートローフは肉や野菜を型に入れてからオーブンで焼き  
あげるが、ハンバーグはフライパンで焼くのが一般的。