

もんだい

問題 9 3

かいとう
【解答】

< 9 月 2 5 日 (木) >



とりつねりまとくべつしえんがっこう
都立練馬特別支援学校では、リクエスト給食を実施していますが、
あすていきょう
明日提供されるメインのおかずはどれでしょうか？

こた
答え ③ とうふ
豆腐ハンバーグ

かいせつ
【解説】

こんねんど かいめ
今年度 4 回目のリクエスト給食「豆腐ハンバーグ」とは、ひき肉に
とうふ ま こ つく
豆腐を混ぜ込んで作るハンバーグのことです。豆腐を使うことで、エネル
ギーやししつ おさ
脂質を抑えつつ、豆腐の水分でふわふわとした食感に仕上がり、
けんこうてき からだ
健康的な体づくりにおすすめの料理です。

