

## 材料 (4人分)

- ベーコン：52g
- にんじん：40g
- 玉ねぎ：120g
- ジャガイモ：100g
- 大豆（ゆで）：32g
- マカロニ（乾）：20g
- オリーブ油：小さじ1/2
- にんにく：1.2g
- パセリ：1.2g
- 粉チーズ：4g
- トマト缶詰（ホール）：40g
- トマトケチャップ：大さじ1と小さじ1
- 固形コンソメ：2g
- ガラスープ：30cc
- 水：400cc
- 食塩：1.2g
- こしょう：少々
- 砂糖：小さじ1/2

## 作り方

- ① にんにくとパセリはみじん切りにし、Aはさいの目切りにする。
- ② 大豆は水を切っておき、マカロニは固めに茹でておく。
- ③ 火にかけた鍋にオリーブ油とにんにくを入れて、にんじくの香りが出てきたらベーコンをいれてよく炒める。
- ④ Aと大豆を入れて軽く炒め、Cを加えて煮る。
- ⑤ Aに火が通ったら、Bを加える。
- ⑥ 塩・こしょう・砂糖で味を整える。



多久市学校給食センターのみなさん

学校給食のメニューを紹介します。ミネストローネは、野菜を美味しくたくさん食べられる料理で、ご家庭でも簡単に作ることができます。今回の分量は、小学生が食べている量です。

多久市食育推進協議会委員によるメニューを紹介しています。

ハサミで切り取って、レシピ集を作りましょう。✂

すくすくたくっ子  
はいぽーず

のなか りょうが  
野中 陵牙くん  
(7歳)

れいあ  
鈴朱ちゃん  
(2歳)



陵牙くんはしっかり者で優しいお兄ちゃん。バドミントンに夢中で、家でも素振りをするがんばり屋さん。元気いっぱい鈴朱ちゃんは家族のムードメーカー的存在でみんなを明るくしてくれます。

パパ・ママ  
から

いつも仲良しな2人。さらに仲良く、優しい人に育ってね★

(東多久町大門) パパ/祐喜さん ママ/友紀さん

子どもさん（就学前）の登場を受け付けています！！  
情報課広報広聴係 ☎75-2280 までご連絡を♪

はなしま ゆいた  
花島 惟太くん  
(5歳)

しおん  
汐音ちゃん  
(3歳)



サガン鳥栖ファンの2人！惟太くんの夢はゴールキーパーで、豊田選手のボールをキャッチする練習をしています。ダンスが大好きな汐音ちゃんはサガントーナが大好き♡

パパ・ママ  
から

人のことを思いやり、大人になってもみんなから愛される人になるよう、願っています。

(北多久町メイプルタウン) パパ/文雄さん ママ/京子さん