

② 豚汁（とんじる）

<食材の内容>

○豚肉 ○にんじん ○大根 ○さつまいも ○ねぎ
○ごぼう ○こんにゃく ○お米 ○味つけのり
○ふりかけ ○バナナ ○調味料（だし、みそ）

<食器セットの内容>

○鍋/ふた：1 ○ごはん鍋/ふた：1 ○まな板：2
○ちゃん：6 ○湯のみ：6 ○どんぶり：6 ○しゃもじ：1
○さいばし：1 ○おたま：1 ○計量カップ：1

食材



①野菜の皮をむく



にんじんと大根の皮をむく
さつまいもは、むかなくても大丈夫

②にんじん、大根、さつまいもを切る



にんじん、大根、さつまいもは、火が通りやすいようにうすく切る

③ねぎを切る



ねぎはこぐち切りで、火が通りやすいようにうすく切る

④ごぼうを斜めにうすく切る



ごぼうは、しっかり洗い、うすく切る

⑤こんにゃくをちぎる



こんにゃくを、2センチくらいのおおきにちぎる

⑥豚肉を切る



豚肉を切る
豚肉は、3センチくらいの幅に切る

⑦鍋に材料を入れる



ねぎ以外の切った食材を、鍋に入れる

⑧水をはかる



計量カップを使い、水をはかる
(1人：300cc) × 人数分 + 300cc (蒸発分)

⑨水とだしを入れる



計量カップではかった水を鍋に入れた後、だしを入れる

⑩鍋を火にかける



水とだしを入れたら、火にかける

⑪みそを入れる



ふっとうして、食材がやわらかくなったら、鍋をかまどからおろす
おたまにみそを入れ、さいばしを使って、煮じるでときのばしてくわえる

⑫ねぎを入れる（完成）



ねぎを入れて完成

★鍋を移動させる時「後ろ通るよ！」など
★包丁を洗いに行く時「包丁が通ります！」など
まわりに声かけをしよう！

