

## 2020年6月15日(月) 作って食べよう会

### メニュー

サンドイッチ  
    ハムサンド  
    ツナサンド  
    タマゴサンド  
    フルーツサンド

スープ

スイーツ フルーチェピーチ味

### 材料 2名分

サンドイッチ  
    ハム 2枚 レタス 2枚 ツナ 20グラム 卵 2個  
    マヨネーズ 塩 コショウ レタス 粒マスタード

フルーツサンド  
    生クリーム(生クリーム 30グラム 砂糖 10グラム)  
    フルーツ 苺 キウイ バナナ

スープ

    カップスープの素 コーンポタージュスープ

スイーツ

    フルーチェ 1袋 牛乳 200cc

### サンドイッチ

卵を茹でる。

茹でた卵は殻をむき、細かくして、マヨネーズと塩、コショウで味を整える。

レタスを洗い、小さくちぎる。

パンにマーガリンを塗る。好みに粒マスタードを塗る。

パンにレタスをしき、ハムを乗せる。

ツナをお皿に開け、マヨネーズ、コショウなどで味を整える。

パンにレタス、それぞれにハムとツナを乗せる。

卵もパンに乗せる。

### フルーツサンド

生クリームに砂糖を加え、ホイップする。

フルーツを切り、パンにホイップクリームを乗せて、フルーツを乗せる。

### フルーチェ

牛乳を加え、冷蔵庫で冷やしておく。



### 皆さんのアンケートより

\*社会福祉総合センター内での最後の作って食べよう会でしたが、とても楽しく作れておいしくいただけて良かったです。新しい場所のポプラでも参加したいです。ごちそうさまでした。

\*完食でした。ありがとうございました。センターでの最後でしたので、いい思い出になりました。

\*楽しくできて良かった。皆よく働いていました。

\*レタス&ツナサンド、ハム&レタスサンド、たまごサンド、フルーツサンドの四種類の味が楽しめてとても美味しかったです。フルーチェが冷たくておいしかったです。

\*センター最後にふさわしく沢山美味しく出来ました。ありがとうございました。

\*皆さんと力を併せて出来た料理、とても美味しかったです。

今まで販売しているサンドイッチより本当に手作りの方が良かったです。

\*ボリューム、おいしさ、種類、どれも最高！！