

カンタンにできちゃう
メニューを紹介!

わたしもコックさん 190

TODAY'S MENU

海そうとこんにゃくとツナのサラダ

ingredients

材料 (4人分) ※分量は目安です

海藻ミックス	5g	にんじん	1/4 本
サラダ用こんにゃく	20g	しょうゆ	小さじ2
まぐろ油漬け	1缶	砂糖	小さじ1
きゅうり	1/2 本	酢	小さじ1
		ごま油	適量

HOW TO MAKE

作り方

- 1 沸騰したお湯に海藻ミックスを入れ戻す。
ザルにあけて、流水で冷やし、しっかりと水気を切る。
- 2 にんじんは短冊切り、きゅうりは輪切りにする。
- 3 湯を沸かし、沸騰したところに、にんじん、きゅうり、
サラダ用こんにゃくを入れて茹でる。ザルにあけて、
流水で冷やし、しっかりと水気を切る。
- 4 しょうゆ、砂糖、酢を混ぜ合わせる。
- 5 ④に①、③とまぐろ油漬けを入れて和える。
- 6 ごま油を入れ、さっとかき混ぜて出来上がり。

問合先 学校給食課 (南部学校給食センター) (☎ 42 - 0363)



今月の
コックさんは

※学校給食用にアレンジしました。

令和6年度応募献立の入賞作品です。

光ヶ丘中学校 いながき つほみ
稲垣 蕾さん

- ・海藻ミックスをお湯で戻すことで、臭みが軽減され、色鮮やかになります。
- ・④で合わせた調味料が薄まらないように、①と③で水気をよく切っておくことで、よりおいしくなります。
- ・調味料と海藻ミックス、こんにゃくをしっかり混ぜ合わせることで、味がしみ込みさっぱりと食べられます。

教えて! エコリン!

問合先 ごみ政策課 (☎ 76 - 1187)

小牧市環境
キャラクター
「エコリン」



小牧岩倉エコルセンターで火災事故が発生!

7月10日(木)に小牧岩倉エコルセンターにおいて、
リチウム蓄電池が原因とみられる火災事故が発生し、
ごみの受け入れを一時停止しました。

リチウム蓄電池を「**破碎ごみ**」、「**プラスチック類**」
などの他品目で排出すると圧縮や損傷により発火する
危険性があります。

以下の品目については特に注意し、排出の際は必ず
中身の見える透明袋に入れて「**発火性危険ごみ**」
として出してください!

モバイルバッテリー	加熱式たばこ
コードレス掃除機	作業服用ファン
電動シェーバー	電動工具
ハンディファン	電動式おもちゃ

ID 46160

8月9日(土)~17日(日)のごみの持ち込み

この期間中は、小牧岩倉エコルセンター(有料)や
資源回収ステーション(無料)の混雑が予想されます
ので、計画的にごみの処理をお願いします。また、**粗大ごみ**
は戸別収集(有料:1点につき1,050円)も実施しています。
(一度に5点まで)

※エコルセンターへ搬入可能なもの:**燃やすしかないごみ**、
破碎ごみ、**粗大ごみ**(エコルセンター問合先:79-1211)

※戸別収集を利用する場合は、収集日の1週間前までの予約
が必要になるので、早めにご予約ください。

※エコルセンターは、**土・日の搬入不可**

予約受付:粗大ごみ受付センター

電話:0120-530-415

(9:00~17:00 ※土・日、祝日を除く)または
Web受付(24時間)

ID 46234

粗大ごみの出し方は
こちら▶

