

3月4日（水）

- ごはん
- 煮込みハンバーグ
- ポテトスープ
- 牛乳



ハンバーグは、ドイツのハンブルクで働く人たちのための食事として流行した「タルタルステーキ」が始まりだといわれています。タルタルステーキは、13世紀ごろにヨーロッパに攻め込んだモンゴル帝国のタタール人が食べていた生肉料理が始まりだそうです。タタール人は、硬い馬の肉を細かく刻むことで食べやすいものに加工していました。その後、18世紀から20世紀前半にかけてアメリカに移り住んできたドイツの人たちからアメリカに伝わり「ハンブルク風ステーキ（ハンバーグステーキ）」と呼ばれるようになったそうです。