

5がわ
献立表+α

食べるの大好きだよ

2020.5.22 山内保育園給食室

日中は暑い日もありますが、さわやかな風が吹き、過ごしやすい日が多いですね。例年なら、新しい環境にも慣れ、子どもたちのにぎやかな声が響く園内も少し寂しく感じます。緊急事態宣言が解除されましたが、まだまだ心配なことが多いですね。1日でも早く、誰もが安心して過ごせる日々が来ることを願っています。

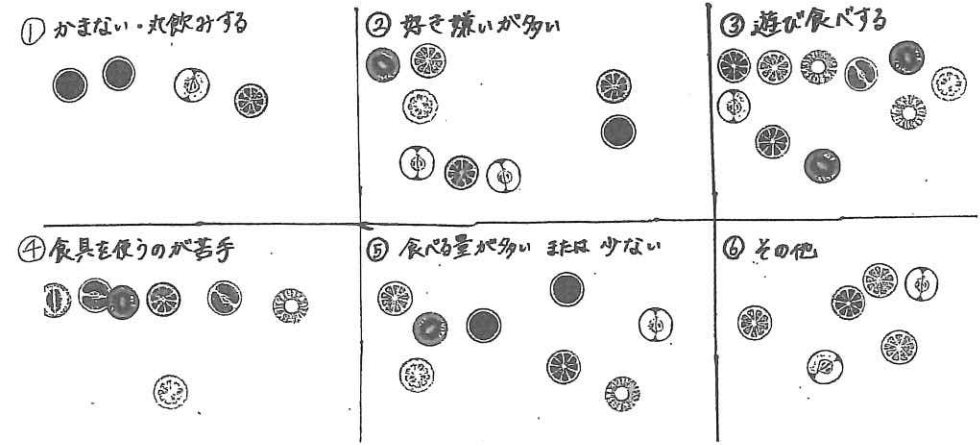
また、『こどもの日のつどい』が中止になり、園児全員が集まって、昔から続く、伝統的な行事の由来などを一緒に知る機会やみんなでおしゃべりする食事がなくなり、とても残念に思います。みんなでの会食ができにくい分、毎日の給食の中でたのしく、おいしく食べられる工夫をしていきます。

今年度は、毎月の食べるの大好きだよに、その月のオススメのレシピを給食、おやつからそれぞれ1品ずつ紹介することにしました。献立表の中で作り方など知りたいレシピがあれば、気軽に給食室に言っていただけたらと思います。
切り取り線をつけたので、切って毎月ためると簡単なレシピ集になりますよ!!

ok → kind → dream →

Q1 子どもの食事で困っていることありませんか? (複数回答可)

much happy → yes



今年度初めてのアンケートでしたが、たくさん参加していただきありがとうございました。食事だけでもたくさん困っていることがあることがわかりました。「好き嫌いが多い」、「遊び食べ」が困っていることとして多数でした。園では、苦手なものでもまずは一口食べられるように、一口食べたことを先生、友達、みんなでおほめしたり、スプーンについているミッフィーが見てるよなどの食べてみようかな?とその気になるような声かけを大切にしています。また、畑で自分達が作った野菜はいつもよりたくさん食べている様子があるので、お家でも畑やプランターなどで何か野菜を作ってみてはいかがでしょうか。

🍴 鶏のてりやき 🍴

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 鶏もも肉 : 2枚 (500~600g) 酒 : 20cc みりん : 10cc 砂糖 : 5g 濃口しょうゆ : 20cc | <ul style="list-style-type: none"> ① ボウルに☆の調味料をすべて入れ、ませる。 ② 鶏肉を①に30分以上浸す。 ③ フライパンで焼く。 ④ お好みの大きさに切ってできあがり。 |
|--|---|

※園では、食中毒の起こりやすい6,7月の献立には、鶏肉を使用していません。
お家では、気をつけてつくって下さい。

🍴 食パンでメロンパン 🍴

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 食パン5枚切 : 1斤 バター : 75g 小麦粉 : 70g きび砂糖 : 25g | <ul style="list-style-type: none"> ① バターを常温に戻し、砂糖を加えて、白っぽくなるまでませる。 ② ①に小麦粉をふるい入れ、さらにませる。 ③ ②を食パンに塗り、ナイフなどで、網目状の模様をつける。 ④ トースターでカリッとすするまで焼いてできあがり。 |
|---|---|

バターをサラダ油にしたり、砂糖の種類を変えても、風味が変わっておいしいです!