

4月 給食だより

H29. 4. 1 花乃路保育園



ご進級、ご入園おめでとうございます。

暖かな陽ざしの中、新年度がスタートしました。

今年度も日々成長していく子どもたちの糧となるよう安全、安心な給食づくりに努めていきます。どうぞ、よろしく申し上げます。

子どもたちの食に関する体験はもちろんのこと、今年度は保護者の調理体験も計画しています。楽しみにしててください。

* 0. 1. 2歳児クラス(ちゅうりっぷ たんぽぽ さくら)は完全給食です。

主食(ごはん ロールパン) 副食(おかず) 午前と午後のおやつを

園で用意します。

* 3. 4. 5歳児クラス(きく ばら すみれ)

副食(おかず)と午後のおやつを園で用意します。

主食(ごはん 食パン ロールパン)はお子さんに合った量を家庭から持たせてください。ごはんは温蔵庫で保存します。

誕生会の日には主食が給食で出ますのでお持ちいただく必要はありません。



おいしい絵本

「おいしいおと」 三宮麻由子 ぶん ふくしまあきえ え 福音館書店

カルカルカル ズックズックズック ムッチムッチムッチ

おいしいものを食べるとおいしいおとが聞こえてきますよ

みんなからたくさんのおいしい音が聞けるように

頑張って給食を作ります。

おすすめレシピ



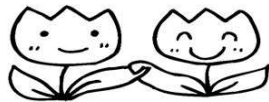
切り干し大根サラダ

材料(幼児1人分)

切り干し大根	6 g	砂糖	3 g
ロースハム	7 g	酢	4.5 g
胡瓜	13 g	ごま油	0.7 g
人参	7 g	しょう油	3 g

作り方

- ① 切り干し大根をよく洗って水でもどした後、食べやすい大きさに切ってボイルする
 - ② 胡瓜、人参、ロースハムは千切りにしてボイルする
 - ③ 水気を切った材料に調味料を合わせて和える
- 子どもたちに人気のサラダです ごま油の香りが食欲をそそります



今月の記念日…食に関する記念日を毎月ご紹介していきます

4月3日 いんげん豆の日

いんげん豆を中国から日本へ伝えたといわれるいんげんぜんじ隠元禅師が1673年(延元元年)4月3日に亡くなり、それにちなんでこの日をいんげん豆の日としました。隠元禅師は1654年に京都・宇治に萬福寺を創建し、いんげん豆を精進料理に使う材料として普及させました。

さやいんげんは味にくせがないので幅広く料理に使え、彩りにするのも便利な野菜です。種をまいてから3度収穫できるので三度豆とも呼ばれます。

今月の給食にもたくさん登場しますよ。

