

# 給食だより

平成29年11月1日 会津報徳保育園



朝晩はもちろん、日中もずいぶん寒さが増してきました。体調を崩しやすい時期ですので気をつけましょう。

11月の献立は体の温まるメニュー、材料を沢山取り入れました。体の中を温め、風邪等に負けないように過ごしましょう。



## ～秋の小遠足～

遠足当日の子どもたちは、朝からお弁当・おやつのお話でもちきりでした。

さくら、たんぽぽ、もも組は、曇り空ではありましたが、外でお弁当等を食べることもできました。ぞう、ひよこ、すみれ組はホールでお弁当等を食べました。

いつもと違う雰囲気の中で食べるご飯は、格別の様で皆とても楽しそうに食べていました。

朝早くから、お弁当・おやつ準備等、ありがとうございました。



## 今月の目標

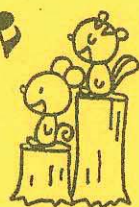
しっかり食べて  
運動しよう

## 今月の予定

- 3日 文化の日
- 14日 りんご狩り(さくら)
- 15日 焼き芋パーティー(全園児)
- 18日 もちつき大会(全園児)

23日 勤労感謝の日  
24日 お誕生会

(もちつき大会では  
ぞう・ひよこ・すみれ組は  
安全上(咀嚼・嚥下)のため  
ご飯を食べます。)

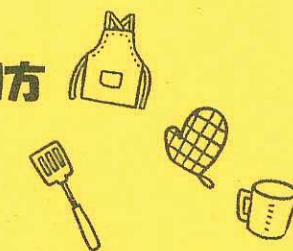


## ♪レシピ紹介♪ 肉まんの作り方

【材料】 約8個分

- ・小麦粉……200g
- ・ドライイースト…小さじ2
- ・ぬるま湯…100cc
- ・豚ひき…200g
- ・ねぎ……1本
- ・おろし生姜…10g
- ・しょうゆ…大さじ3

生地



・ゴマ油…大さじ2

- ① 生地材料をこね、30分～1時間ねかせる(発酵させる)
- ★発酵させている間に中の具を作る
- ② 肉・生姜・ねぎ(みじん切)・ゴマ油・しょうゆを混ぜてこねる
- ③ 発酵させた生地を8等分に分け、台の上に小麦粉をしき10cm位の円形にのばし具を包む
- ④ クッキングシートを5cm角に切って、作った肉まんをのせる
- ⑤ 蒸気の上がった蒸し器で約12分蒸す

\*中の具を変えると色々な中華まんが出来ますよ



「肉まん」と聞くと、作るのには抵抗があるかと思いますが、意外と簡単に出来ます。子ども達にも、人気のおやつです。寒くなってきた季節にはぴったりのおやつだと思います。ぜひ、参考に作ってみてください。



## 食育活動♪

### 5日 園庭のりんご狩り(全園児)

園庭のりんごも真っ赤になったので、皆で実りの秋を感じながらりんご狩りをしました。

「真っ赤だね～」「大きいね～」などの声が聞こえてきました。各クラスの代表のお友達が園長先生と一緒にりんごをとりました。その後、皆で頂きました。

