



給食からのおたより



平成24年度 面川報徳保育園

残暑がまだ感じられる今日この頃ですね。秋はさわやかな実りの季節です。特に、秋にとれる魚には脂がたっぷりのって体をあたため、イモ類は体のエネルギー源となります。夏の活動の疲れを取れるように旬の食材をたくさん取り入れましょう。



カレーを作りました!



8月7日に3・4・5歳児のお友達に、たんぽぽ組は洗浄・もも組は皮むき・さくら組は野菜刻みとそれぞれ分担してもらいました。

「僕も私ももっとやりたい」との声がたくさん聞こえてきて、積極的に取り組む子どもたちばかりで嬉しくなりました。

作業している子どもたちのまなざしで、真剣さが伝わってきました。

自分たちの手が加わったカレーは、格別においしかったようで、みんなおかわりをして喜んで食べていました。

また、次回も子どもたちと料理をしてみたいと思います。是非、ご家庭でも、お子さんと一緒に料理を楽しんでみてください。



材料(子ども4人分)

- かじきまぐろ...40g
- しょうゆ...6ml
- みりん...6ml
- 小麦粉...16g
- 卵...1個
- パン粉...16g
- 揚げ油...12g

作り方

- ①かじきまぐろにしょうゆ、みりんで下味をつける。
- ②小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつける
- ③油の温度(170~180℃)で揚げる

ミニレシピ まぐろカツ

今月の給食目標



夏バテしない
元気な体を作ろう!



今月予定

- 14日(金) 誕生会
- 28日(金) 十五夜

・お誕生会は、お弁当包みに箸だけを包んで持たせて下さい。

