

給食からのおたより

平成29年度



面川報徳保育園

夏の暑さは和らぎましたが、急な温度変化に身体がついていかず、体調を崩しやすい季節でもあります。身体を大切にするためにも十分な食事と睡眠をとるようにご家庭でも心がけていただけたらと思います。

9月から冬にかけてノロウイルスなどの細菌が発生しやすい時期です。食事前、帰宅後の手洗い・うがい、調理器具や調理の際の衛生など、特に気をつけて下さい。



カレー作り楽しかったね！



保育園の畑で収穫した野菜とみんなで掘ったじゃが芋を使い、全10品目の夏野菜カレーときゅうりの漬物を作りました。洗浄・皮むき・野菜の刻みとそれぞれ分担し、積極的に作業に取り組んでいました。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。



ミニレシピ さんまの甘煮

《材料(子供4人分)》

- ・さんま 40g × 4切れ
- ・生姜 1片
- ・醤油 12cc
- ・砂糖 8g

《作り方》

- ①生姜をうす切りにする。
- ②調味料と水を鍋に入れ、煮立たせる。
- ③魚を並べ、生姜を入れ、落とし蓋をし、中火で煮汁がほとんどなくなるくらいまで煮たら出来上がり。

