



給食だより

平成29年12月1日 会津報徳保育園

日に日に寒くなり、吐く息が白く本格的な冬の訪れを感じています。

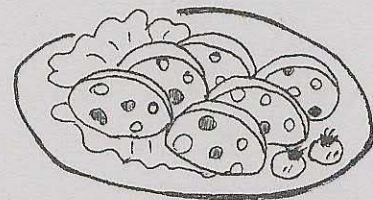
風邪をひきやすい季節ですので、体を温めてくれる根菜類や免疫力を高めてくれるきのこなどで風邪を予防しましょう。



レシピ紹介♪ ヘルシーミートローフ

【材料】4人分

- 豚ひき肉…200g
- 豆腐…1/4丁
- 玉ねぎ…1/2個
- 卵…1個
- パン粉…大さじ2
- 牛乳…大さじ2
- 塩…適量
- コショウ…適量
- 油…少々
- ケチャップ…適量
- ウスターソース…適量



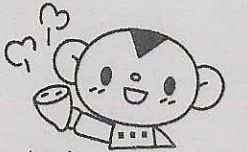
- ① 玉ねぎはみじん切りにし、しんなりするまでから炒りする。
- ② 豆腐は水切りをする。
- ③ ボールに豚ひき肉、①、②、Aを入れねばりが出るまでよくこねる。
- ④ 天板に油をしき、筒状の扇型になるように作り、200℃で10分ほど焼き、170℃に下げ20分焼く。
- ⑤ 竹串をさし、肉汁がすきとおってきたら、焼き上がり。
- ⑥ ウスターソースとケチャップでソースを作り、切り分けたお肉にかける。

*中にかぼちゃや大豆缶、ミックスベジタブルなどを加えると切り口がきれいに仕上がります。クリスマスの時期にぴったりのメニューです。(保育園では、25日に給食で食べます。)

食育活動♪

* **14日 りんご狩り(さくら組)**

面川のりんご園までバスで行き、さくら組さんがりんご狩りをしてきました。他のクラスの子の分まで、赤くて大きなりんごを沢山採ってきてくれました。



15日 焼き芋会(全園児)

もも・たんぽぽ・さくら組のお友達が包んでくれたさつま芋を皆で美味しく頂きました。園庭でたき火をしながら焼き芋会を楽しんだようです。消防士さんにも来ていただき、大興奮の子どもたちでした。



18日 もちつき大会(全園児)

「お餅をつきましょ ペったんこ〜♪」の歌に合わせて、きねでつく音が聞こえてきました。いつも食べているお米ともち米の違いや、お米が出来るまでのお話を聞き、お米の大切さと感謝することも学びました。

ついたお餅は、とても柔らかく、あんこときな粉・納豆・汁もちにして頂きました。

すみれ・ひよこ・ぞうグループの子は、ついているところを見て、お蒸かしを食べました。

*お手伝いしてくださった保護者の皆さま、お忙しい中ありがとうございました。



今月の予定

- 22日 お誕生会
- 23日 天皇誕生日
- 25日 クリスマスケーキ作り

*ぞうグループでは、今月から少しずつ箸の持ち方指導をしていきたいと思っています。

