



平成 29 年 5 月

きゅうしょくだより

八千代保育園

5月、新しく八千代保育園に来たり、新しいクラスに進級したみんなも、新しい環境に慣れてくる一方で疲れも出てくる頃かと思います。子ども達の食欲が湧き、もっとたくさん食べたい！と思うような献立、給食作りを心がけていきたいと思います。

☆今月の給食のポイント

その1 旬の食材を使ったメニュー

春の野菜は鮮やかな緑色をしていて、新芽や芽吹きが春の訪れを感じさせてくれます。

- ・グリーンピース：グリーンピース御飯は、ほくほくのお豆とほんのり塩味で毎年人気のメニューです
- ・春キャベツ：葉が柔らかく甘味も増している時期なので、子ども達も食べやすいようです。
- ・新じゃがいも：新じゃがのフライドポテトは小玉のじゃがいもをサッと茹でて揚げる、シンプルなメニューです。

その2 新しいメニュー紹介

- ・ねぎねぎ鶏から
- ・白身魚のカレー天ぷら
- ・ポパイケーキ（ほうれん草とチーズ）

★食育活動が始まります

5月より、旬の食材に触れる食育活動を始めていきます。
活動の様子は、給食便りを通してお伝えしていきます。



誕生日会の日は……



誕生日会の日に、八千代保育園では“ドライカレー”を提供しています。誕生日会当日、給食室にお茶を取りに来たらいおん組さんが、「今日はドライカレーだよね！みんな楽しみにしてるよ！」と言ってくれました。

そして今年の4月から、もっとみんなに喜んでもらおうと、お誕生日のお友達にはカレーの上に歳の数だけにんじんの星様をのせることに。初めてもらったお友達は、食べながら先生に自慢していたそうです。誕生日会の日のちょっとしたお楽しみです。

八千代保育園 カルシウムたっぷりレシピ紹介

しらすとじゃがいものかき揚げ

材料（3人分）

- ・じゃがいも : 1個
- ・しらす干し : 20g
- ・天ぷら粉 : 100g
- ・水 : 適量
- ・揚げ油 : 適量

作り方

- ①じゃがいもは千切りにして水にさらす。しばらくしたら水気を切る。
しらすは一回さっと茹でて塩抜きをする。
- ②ボールにじゃがいもとしらすを合わせ、天ぷら粉を加えて絡める。水をすこしずつ加え、ひとまとまりにする。
- ③油を180℃に温める。大きいスプーンですくって油に落として揚げる。