

給食だより

令和 7 年 4 月 30 日
ひまわりさかえこども園

新年度が始まり、あっという間に 1 ヶ月が経とうとしています。

園での生活にも少しずつ慣れてきた様子の子どもたち。緊張がほぐれ、たくさん遊んでお腹がすくのか、「今日の給食なあに？」と声をかけてくれる子どもがたくさんいます。給食を通して食事は楽しいものであり、体にはもちろん、心にもおいしいものであることを、様々な経験を通じて子どもたち自身に感じてほしいものです。

5月5日「こどもの日」

5月5日は、端午の節句とも言われ、子どもの幸せと健やかな成長を祈ります。かしわ餅(子孫繁栄)・ちまき(邪気払い)などを食べてお祝いする風習があります。園では5月2日がこどもの日メニューです！「**鯉のぼりハヤシライス**」おやつ「**かしわ餅風蒸しパン**」を提供し楽しくお祝いしたいと思っています♡鯉のぼりは、**かぼちゃペースト・豆乳・米粉**を使った生地でごはんを包み、ケチャップでウロコを描き、ハヤシルーをかけて完成♡おやつ**の蒸しパン**は、小麦粉を使わず米粉を使い、もちりとした食感をだします。中には、あんこをはさみ、かしわの葉の部分は、生地にほうれん草パウダーを使い緑色でアレンジしていきます♡みなさん、お楽しみに!(^^)!



卵のように見えるけど、黄色は、かぼちゃの色で、卵は使ってないよ！アレルギーのある子どもみんな同じものが食べられるね♡



おうちでも作ってみてね♡

★イチオシメニュー！★

4/7「お好みボール」

①肉を炒める



②野菜を切る



③材料を混ぜる



④丸めて揚げる



園では、中心まで加熱されているか確認するよ！

⑤かんせい♪



材料【4人分】

- 豚ミンチ 50g ●キャベツ 150g ●人参 40g
- もやし 40g ●コーン 20g ●葱 15g
- 小麦粉 90g ●だし汁(少々) ●揚げ油
- トッピング《お好みソース・青のり・かつお節…適量》

作り方

- ①豚ミンチは、フライパンで炒めておく。
- ②野菜は細かく刻みます。あまり神経質にならなくても大丈夫♪
- ③ボールに材料をいれて混ぜる。だし汁は生地がまとまるよう調整している。
- ④丸めて180度の油で揚げる。
- ⑤お好みソース・青のり・かつお節をかける。

丸く揚げるほどおいしそうに仕上がります。



給食室の紹介「スチコン」

給食のシューマイも一気に蒸すことができるよ！

今回は、園の給食室にある大量調理機器「スチコン」についてご紹介します。スチコンは、**スチームコンベクションオーブン**の省略。熱風と蒸気の量や温度を調節することで、「煮る」「蒸す」「焼く」「炒める」「茹でる」などの調理も可能にする多機能な加熱調理機器です。人気メニューのハンバーグや魚料理・ケーキ・パンなどほぼ毎日フル回転し、子ども達の給食づくりに大活躍しています！

4月18日 はらぺこあおむしクッキー



4月18日のおやつは絵本はらぺこあおむしをモチーフにしたクッキーでした!(^^)!子どもたちは、いつも読んでいる絵本の中のあおむしがクッキーになりびっくり!!!「かわいい♡」と喜んでいました!あおむしのようにたくさん食べて大きく成長してほしいです!(^^)!