

給食室の窓から

2024・7

梅雨が明けると本格的な夏の到来です。保育園では水遊びやプール活動が始まります。元気に楽しく活動するためには、朝ごはんがとても大切です。朝ごはんにも何も食べないと午前中に元気に活動するエネルギーが足りません。朝あまり食欲がない場合もおにぎりなど食べやすい物から少しずつ食べる習慣をつけていきましょう。

5.6月とあじさい、ひまわり組の参観がありました。普段子ども達が食べている給食を保護者にも食べて頂き、嬉しい感想をたくさん頂きました。ご協力ありがとうございました。感想の中でレシピを知りたいと声がありましたので、今回は給食のレシピを紹介したいと思います。野菜スープなどに使用しているコンソメは何ですか？と質問を頂きました。保育園で使用しているコンソメは野菜コンソメを使用してスープを作っています。ぜひスーパーなどで見かけたら野菜コンソメを使ってスープを作ってみてください。

豚の西京焼き (4人分)

- ・豚肉 (生姜焼き用・乳児は細切れ) 180g
- ・味噌 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・みりん 大さじ2



調味料をお肉とつける。(20分以上)

オーブン(フライパン)で12分から15分程度焼き、火が通ったら出来上がり。

(細切れの場合は、フライパンで炒める。)



✿ お誕生日インタビュー ✿

今回は、ひまわり組男の子の単独インタビューです。いつも食事の様子を見にいくと、魚を美味しい！と食べている姿が印象的で、きっとリクエストに魚を選ぶかなと想像しながらインタビューを始めました。好きな献立を聞いていくねと伝えると「はい！」と大きな返事が返ってきました。ごはんとパンはどちらが好き？「ごはん」何色のごはんが好き？「白色」お汁は、みそ汁とすまし汁とスープがあるけどどれがいい？「野菜のスープ」野菜のスープならジュリアンスープかな？「うん」じゃお魚とお肉はどちらがいい？「お肉！！」えっ？お魚かなと思っていたので心の中でビックリしてしまいました。何のお肉がいい？「豚肉」とすぐに返事が返ってきて担任の先生と豚肉を選ぶんだあ〜と声をそろえて驚きました。副菜は何がいい？と聞くと「ひじき煮」煮物が大好きなんだよ！と担任の先生が教えてくれました。

ケーキは白いケーキと黒いケーキどちらがいい？「黒いケーキ」クリームは白？黒？どちらが好き？「クリームは白」果物はのせる？「果物はいらない」果物は少し苦手な様子ですが、ジュースはオレンジジュースがいいと話してくれました。先月のリクエストに続いて、果物なしのシンプルなケーキに決まりました。今年のひまわり組は、今まで大人気の春巻き丼はまだリクエストに出てきていませんね。みんなの好きな献立を知る事ができるのでインタビューはとても楽しみです。来月はどんなリクエストがくるのか今からワクワクしています。

☆ 6月生まれのお友だちおめでとうございます。☆