

# 給食室の窓から

2024.12

ヨーグルトケーキの作り方を紹介します！

☆ヨーグルトケーキ☆ (4人分)

材料

- ・薄力粉 …160g
- ・BP …8g
- ・卵 …2個
- ・上白糖 …120g
- ・バター …40g
- ・ヨーグルト(無糖) …180g
- ・レーズン …70g
- ・レモン果汁 …24g

1. バターを溶かして置く
2. ヨーグルトと上白糖とレモン果汁を混ぜ合わせる
3. ベーキングパウダーをふるい、2に入れる
4. 薄力粉と1も入れて混ぜ合わせる
5. 卵を入れ、全部混ぜる
6. レーズンを入れる
7. 予熱した180℃のオーブンで30分程焼く
8. 完成！



先日行われたつくしんぼ祭りでの軽食ご購入ありがとうございました！

保護者の方から、ヨーグルトケーキのレシピを知りたい！とお声を頂きましたので、ご紹介させていただきます。

是非ご家庭で作ってみてください！



12月22日は冬至です🍷！

冬至は1年で風がもっとも短い日です。冬至にはゆず湯に入り、かぼちゃを食べる習慣があります。ゆずの果皮は身体を温めて風邪を予防したり、肌を強くする効果があります。かぼちゃはビタミンAやカロテンが豊富で、粘膜を丈夫にしてくれるので、免疫力向上に繋がり、風邪をひきにくくすると言われています

## 🎄 12月のお誕生日インタビュー 🎄

12月は、ひまわり組でお誕生日の子がいなかったので、あじさい組担任のまり先生に献立を考えてもらいました。10月に原先生に献立を考えてもらいインタビューした際に「まり先生が、いいなあーって羨ましがっていたんだよ」と教えてくれました。まり先生はどんな給食を考えるのかなあ？と思い、今回はまり先生に考えてもらおうと決めていました。まり先生に、12月の誕生会のメニュー考えて下さいと伝えると「やったー！」と喜んで考えてくれました。何に決まりましたか？「カレーうどんと、、、カレーうどんは大変？」と給食を気遣ってくれる優しいまり先生。大丈夫ですよ、できる限り好きな献立を作ります。「あと、大豆ときゅうりのサラダとこないだの、、、？子ども達が良く食べていた鶏肉の、、、？」あっ、ささみのフリッターですか？「そうそう。こんなに大丈夫？」心の中では、ちょっと大変だけどリクエストなので頑張るぞ！と決めました。さあここからは、給食について聞いてみようと思います。カレーうどんが好きなんですか？「うどんが大好きなの。後カレーも好きなのだからカレーうどんにしたんだ。ひじきと大豆のサラダは、お家では大豆をあんまり食べないんだけど、初めて大豆を揚げてサラダになっているのを食べて衝撃で。美味しくて大好きになったの」まり先生は、つくしんぼ保育園での勤務歴35年以上。その歴史と給食について聞くと「昔職員はお弁当で途中から給食になってすごく嬉しかった事を今でも覚えているの」好きな献立とかあったんですか？「ん〜昔ちぎり揚げって言う豆腐とかお肉とかお野菜が入ってて揚げてあるのがあってそれが大好きだったの」ちぎり揚げは最近の給食で出したことが無いので、いつか再現できたらと思っています。もっとな給食についてお話を聞きたかったですが、時間切れになり終了しました。ケーキは、白のスポンジに白の生クリームにイチゴをトッピング！ジュースはオレンジジュースに決まりました。

12月生まれのお友達お誕生日おめでとございます☆