

きゅうしょくだより12月号

平成30年
こぐま保育園
栄養士 工藤

12月になり、今年も残すところあと1ヶ月となりました。12月はクリスマスもありお楽しみがいっぱいの月ですね！園でも21日にクリスマスおたのしみ会を企画していてバイキング形式の昼食になっています。他のクラスのお友達と一緒に食べれる楽しさを味わいましょう。お楽しみに☆



～ばら、ひまわり、さくら組さんがおたのしみクッキングで味噌たんぽを作りました～



新米ごはん！つやがあっていい匂い！



たくさんの「味噌たんぽ」が並んでいるよ～！！



上手に作れたよ！！
完成が楽しみだな！！



早く食べたい～♪



先生も一緒に♪みんなで食べると美味しいね！



【給食から】

ご飯をつぶして棒に巻きつける作業、みんなとても上手でびっくりしました！味噌ダレをつけてプレートで焼いていると「いい匂い～！」と鼻や目でも食材の変化を感じてもらえたクッキングでした。自分で作った味噌たんぽは格別に美味しかったようで、給食もあっという間に完食していましたよ♪

【献立】

- ・味噌たんぽ
- ・けんちん汁
- ・野菜のなめたけ和え
- ・バナナ



11月 誕生日会おやつ

先月のお誕生日会はスイートポテトを作りました。牛乳の代わりに生クリームを加えることで、よりなめらかなスイートポテトが完成しました♪さつまいも本来の甘さを感じられる優しいおやつに仕上がったと思います。今月は12月26日（水）に誕生日会をする予定ですお楽しみに☆★



11月12日(月)★給食参観★

ばら、ひまわり、さくら組の保護者の皆様

お忙しい中、お集まりいただきありがとうございます。普段子どもたちが食べている給食を試食してもらうことで、ご家庭でも給食の話題がでてくれると嬉しいです。

★鶏肉の乳麩焼き（1人分）

【作り方】

- | | | |
|-------|-----|----------------------------|
| 鶏肉もも | 60g | ①鶏肉ももは筋切りをし、食べやすい大きさにカットする |
| ○醤油麩 | 6g | ②○を合わせる |
| ○牛乳 | 6g | ③①と②を1時間漬け込む |
| ○砂糖 | 1g | ④ザルをあげ、水をよく切る |
| ○レモン汁 | 適量 | ⑤フライパンで焼く |

