



7月の給食だより

7月1日発行 こどものいえ保育園

栄養士 工藤 礼喜子

7月7日は七夕ですね。昔の中国の言い伝えで、7月7日に亡くなった帝の子どもが疫病を流行らせたため、帝の子どもの好物であった索餅をお供えした所、疫病の流行が収まったそうです。小麦料理の索餅は奈良時代に日本に伝わり、やがてそうめんになり七夕に食べられるようになったそうです。今年も子供たちの健康を願って索餅を作りたいと思います。



☆索餅（さくべい）の作り方☆

材料：米粉150g、強力粉50g、ベーキングパウダー3g、塩3g、水100～150ml、砂糖お好みで
 作り方：①材料を全て混ぜ、耳たぶくらいの固さにする。②棒状にのばし、ねじる。③160℃くらいできつね色になるまでじっくり揚げる。④仕上げに砂糖をまぶし完成。

※7/3の七夕お楽しみ会のおやつで提供する予定です。カリッともっちり食感の食べ応えのあるおやつです。



～クッキングがありました～

6月5日（水）に第1回クッキングがありました。自分でおにぎりを握り、クラス別にサラダの味付けをしたり、バナナを切ったりと役割分担をしました。今回さくらさんは卵焼きに挑戦！『こわい～』『あついね』と言いながら上手に巻いて焼くことが出来ました。天気も良かったので近くの公園に行き、ピクニック気分を味わってきた子どもたちでした♪



