



5月の給食だより

5月1日発行 こどものいえ保育園
栄養士 工藤 礼喜子

入園・進級して1か月が経ちました。子ども達は新しい環境にも慣れ、給食やおやつをお友達と仲良く食べています。さて、5月5日はこどもの日ですね。昔は『菖蒲の節句＝尚武（しょうぶ）の節句』とされ、特に武士の間で盛んに祝われたため『男の子のお祭り』と意識されたようです。現代では男女の区別はなく、こどもの人格を重んじ、こどもの幸福を願う日になっています。今月も、みんなの元気と健康を支えていけるような給食を作っていきたいと思います。



～保育園レシピ★パンナコッタ～

先月のお誕生日会のおやつです。4月生まれのお友達のリクエストおやつを提供しました。牛乳が苦手な子もペロリと食べてくれるメニューなので良かったら作ってみてください♪



《材料（作りやすい分量）》

- ・牛乳・・・400ml
- ・生クリーム・・・200ml
- ・バニラエッセンス・・・少々
- ・砂糖・・・75g
- ☆ゼラチン・・・15g
- ☆水・・・30ml

《作り方》

- ①牛乳、生クリーム、砂糖を鍋に入れ、鍋のまわりがふつふつするまで温める。
- ②火を止め、ふやかしたゼラチンを加え溶かす。
- ③粗熱が取れたらバニラエッセンスを加え、茶こし等でこしながら器に流し、冷蔵庫で冷やして完成。

《作る時のポイント》

- ※☆マークのゼラチンと水を合わせ、あらかじめふやかしておきます。
- ※お好みにフルーツソースや果物をトッピングしても美味しいです♪



～クッキングがあります～

5月30日（火）にばら、ひまわり、さくら組さんと第1回クッキングを予定しています。

持ち物・・・エプロン、三角巾、マスク、お弁当用箸又はフォーク、ランチョンマット（お弁当を包む用）

爪を短く切ってくることも忘れずに！よろしくお願いします。

