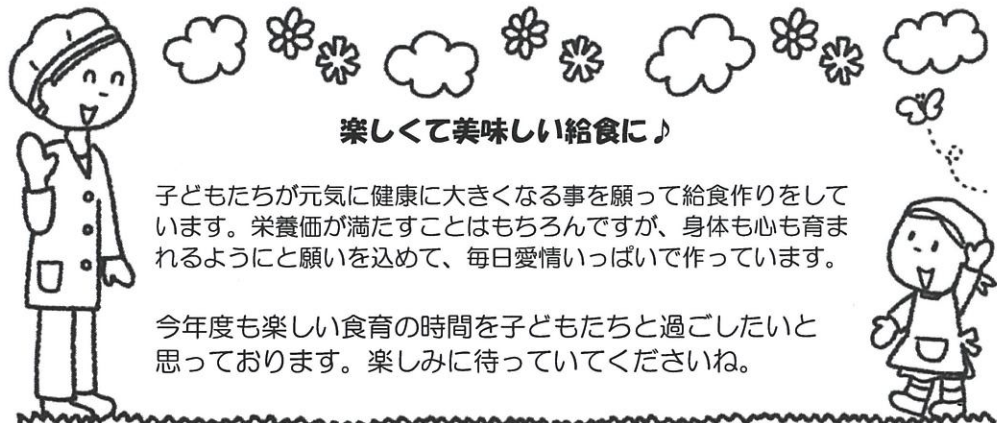




4月

令和2年度
くまの子倶楽部

柔らかな春の陽ざしに心和む季節、新年度となりました。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たに美味しい給食作りを目指します。食は心の糧でもあります。早く新しい園の生活に慣れ、お友達との食事が待ち遠しくなったり、ほっとする時間になるように願っております。



楽しくて美味しい給食に♪

子どもたちが元気に健康に大きくなる事を願って給食作りをしています。栄養価が満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにと願いを込めて、毎日愛情いっぱいで作っています。

今年度も楽しい食育の時間を子どもたちと過ごしたいと思っております。楽しみに待っていてくださいね。

いただきます

ごちそうさま

命をいただくという意味のある「いただきます」。「ごちそうさま」は御馳走、つまり走り回ってくれてありがとうという意味です。どちらも感謝の気持ちを表し、食事が自分一人では成り立たないことを表しています。まだ、言葉のわからない赤ちゃんでも、はじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。食事のあいさつを大切にしたいですね。



保育園のおやつ やきびん

園の人気のおやつの一つでもある焼きびんは、埼玉県の郷土料理の一つです。忙しい農作業の合間に、食べていたといわれています。保育園では通常よりも柔らかめに炊いたご飯を使用していますが家庭で作る際は余りものの冷ご飯で十分です。簡単にできるおやつなので、ぜひ試してみてください。

材料（幼児4人分）

ご飯	: 140g (お茶碗1杯程度)
にんじん	: 40g (中1/3程度)
プロセスチーズ	: 20g
小麦粉	: 40g
青のり	: 小さじ1/2弱
水	: 適量
調合油	: 小さじ1
濃口しょうゆ	: 大さじ1/2弱

作り方

- 1 人参はみじん切りしレンジで加熱する、チーズは角切り（もしくはピザ用チーズなど切れているタイプのものを使用してもよい）にする。
- 2 ご飯を水でほぐし（様子を見て加えていく）、小麦粉、にんじん、チーズ、青のりを混ぜて平たく形成する。
- 3 フライパンに調合油を熱し、しょうゆをつけて焼く。

