



H30. 1
いちじまこども園
 調理室 安達 由紀
 堀 亜紀
 吉住 亜由美
 細見 艶子

新年明けましておめでとうございます。

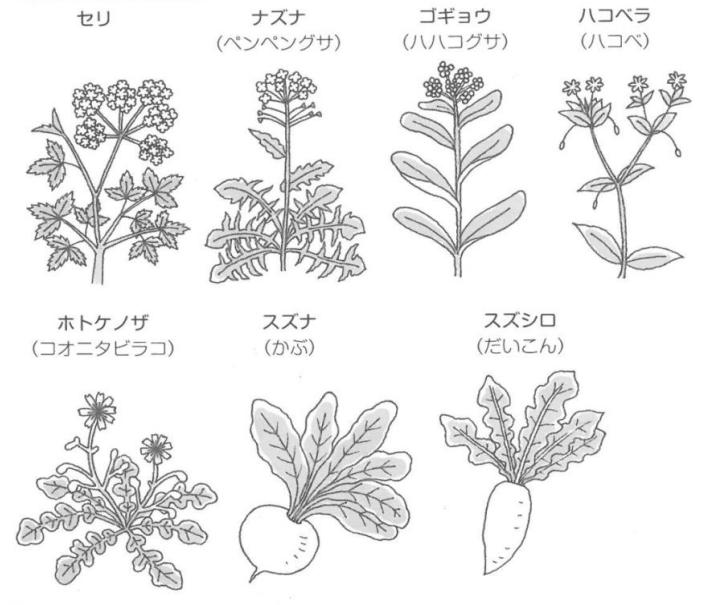
本年も、子ども達にとって美味しく安心安全な給食を提供していきます。どうぞよろしくお願いいたします。

春の七草

七草を食べる意味は、お正月にご馳走をたくさん食べて疲れたお腹を休めるという意味があります。また七草には、ビタミンA、B、Cやカルシウムも豊富に含まれており、風邪予防にもバッチリです。毎年給食でも提供しています。今年は、9日の給食で提供します。

春の七草を、お子さんと一緒にぜひ覚えてください。

七草の種類



作ってみませんか？

＊ ＊ 黒豆ケーキ(アルミカップ12個分) ＊ ＊

材料

- 小麦粉.....120g
- ベーキングパウダー・小さじ1/2
- 卵.....2個
- 砂糖.....60g
- サラダ油・大さじ5
- 黒豆(煮豆).....150g

作り方

- ①ボウルに卵と砂糖を入れてよく混ぜ、そこにサラダ油も加えさらに混ぜる。
- ②①にふるった小麦粉とベーキングパウダー・黒豆を加え混ぜ合わせる。
- ③アルミカップの8分目まで②を入れ170℃に予熱したオーブンで10～12分焼く。串を刺して生地がついてこなければ出来上がり！

※おせち料理であまった黒豆をケーキに変身！！

調理室の窓から

給食は、調理室で盛り付けを行うのではなく、それぞれの子どもに適した分量が摂れる様に各クラス担任が盛り付けたり、年齢によっては子ども達自らよそい分けたりするバイキング形式をとっています。これは、盛り付ける時に視覚や聴覚、嗅覚などを刺激し食欲を増したり、器具(おたまやトングなど)の使い方を自然に理解したりする目的があります。

また、「少なくして」「もっと入れて」など意思表示を行うことで自分の食べられる量を知ったり、全部食べることができたという満足感を味わったりすることができます。

