

パクパクだより



明照保育園

今年度最後の月となりました。年長のみなさんはいよいよ卒園ですね。こども園・保育園での楽しかった思い出を大切に、元気いっぱい小学生になってください。保護者の皆様におかれましては、お子さんの入園から卒園までの間、いろいろなことがあったと思います。お子さんの成長を喜び、新しい生活に向かっていく姿を、温かく見守ってあげてください。

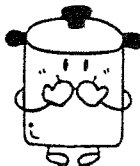
豊橋市の認定こども園・保育園

給食レシピ特集!

幼児一人分の分量を掲載しています。



グラタン風シチュー



鶏もも肉	10g	バター	0.3g	(1) むきえびは白ワインを振り炒める。バターでパン粉とパセリ(B)をうすすら揚げ目がつくくらいまで炒める。マカロニは茹でておく。
むきえび	10g	パン粉	2g	
白ワイン	0.5	パセリ	0.4g	
生クリーム	3g	マカロニ	8g	
チーズ	5g	人参	10g	
油	1g	玉ねぎ	25g	(2) (A)の材料でホワイトルウを作る。
バター	4g	コンソメ液	100cc	(3) 鶏肉、玉ねぎ(くし型)人参(いちょう)を油で炒め、コンソメ液で煮る。
A 小麦粉	7g			(4) 野菜類が煮えたら、ホワイトルウを加え、茹でたマカロニ、カットしたチーズを加え、炒めたえび、生クリームを加える。
スキムミルク	6g			(5) 盛り付けし、パン粉をかける。

フレークバー

マシュマロ	10g	(1) フライパンを火にかけて、バターを溶かしマシュマロを加えて混ぜる。
バター	2.5g	
コーンフレーク	10g	

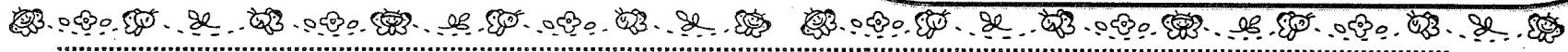
※コーンフレークは手に入るようであれば無糖を使用してください。

(2) マシュマロが溶けて形がなくなったらコーンフレークを加えてまぜ、バットに広げる。

(3) 冷めたら食べやすい大きさに切り分ける。

五目きんぴら

鶏もも肉	15g	(1) さやえんどうは下茹でて斜め千切りにする。ごぼうはさがき、糸こんにゃくはざく切りにして下茹でする。揚げ半は油抜きし、短冊切りにする。
油	1g	
ごぼう	10g	
人参	15g	(2) 油で鶏肉を炒め、他の材料も炒める。火が通ったら、調味料を加える。
糸こんにゃく	10g	
揚げ半	8g	
さやえんどう	3g	(3) 仕上げにごま、ごま油を加え、さやえんどうを散らす。
しょうゆ	3g	
さとう	2g	
みりん	2g	
白ごま	0.5g	
ごま油	0.2g	



今年度、いくつかの施設を訪問し、調理の様子や保育室での食事の様子を拝見させていただきました。調理員は、園児のために丁寧な調理を行っていました。また、調理するだけでなく、園児から「お給食もうできた?」「今日のお給食はなに?」と声をかけられ、答える姿もありました。調理員と園児の関わりは、自園調理ならではのことだと思います。そして、より食事がたのしくなるような取り組みを各施設行っていました。給食を通して、子どもたちは様々な経験を積んでいます。

今年も子どもたちの「おいしい!」とうれしそうな笑顔がたくさん見ることができました。

1年間、パクパクだよりを読んでくださり、ありがとうございました。

豊橋市役所保育課 松井

