

# 給食だより



2018年4月号  
シャローム三育保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。

4月は入園や進級で子どもたちは、保育園での新しい生活への期待も高まっていることと思います。新しい環境になり体調を崩しやすくなるので新しい生活リズムに慣れましょう。今年度もクラスでの給食が楽しい時間になるよう頑張りますのでよろしくお願いします。



## 保育園の行事食(予定)



- ・6月 クッキー作り
- ・7月 夏野菜クッキング
- ・9月 おはぎ作り
- ・10月 カレー作り
- ・1月 もちつき
- ・2月 パン作り

左記以外にも7月には魚に触れる機会があります。

「命」の尊さ、自分達は「命」を頂いている事、そして「いただきます」とはどんな意味があるのかについて、子どもたちに話していきます。他にも子どもたちが食べ物に興味を持ってもらえるような食育活動も行っていきます。献立の写真は、玄関に掲示していますので、降園の時にぜひ御覧になって下さい。



## 今月のメニュー

## ～わかめときゅうりの納豆和え～

わかめの旬は3月～5月です。

【材料:4人分】

- ・きゅうり…100g
- ・わかめ…20g ・長芋…40g
- ・納豆…1パック
- ・しらす…20g
- ・醤油…小2
- ・顆粒だし…少々
- ・白ごま…小1/2
- ・塩…少々

- 1 わかめはもどして、ざく切り。きゅうりは輪切りにし、塩少々をふってもみ、水けを絞る。わかめをざるに入れて、熱湯にさっとくぐらせ冷水にとり、水けをきる。長いものは皮をむき、酢水に2分ほどさらしてアクを抜く。ペーパータオルでしっかりと水けを拭き、いちよう切りにする。
- 2 ボールに納豆を入れ、粘りが出るまでかき混ぜる。しょうゆとだしを加えて、さらに混ぜる。1の食材と残りの食材も加え、塩で味をととのえる。