



7月給食だよ!

令和2年6月30日

浜中保育園

日増しに暑くなってきました。そんな暑さにもめげない子ども達が、元気いっぱい遊んでいます。気温も高く、陽射しも強くなるこの季節はその暑さにより身体の消化機能が低下し、食欲不振に陥ることもあります。

園では暑い時でも食べやすい給食、おやつ作りを心がけるとともに水分補給にも十分注意していきたいと思えます。

<6月の誕生会~アンパンマンライス~>

6/12(金)に6月の誕生会をしました。給食は「アンパンマンライス!!」以上児さんは自分達でアンパンマンの顔を作りました。みんなアンパンマンの顔を喜んで食べていました。

午後のおやつは「でんでんむしケーキ」を食べました。みんな笑顔いっぱいの誕生会でした。



☆高野豆腐バーグ☆

《材料 子ども1人分》

- | | | | | | | | |
|-------|------|-------|-----|------|------|------|-----|
| ◎豚ひき肉 | …35g | ◎高野豆腐 | …5g | ◎玉ねぎ | …20g | ◎人参 | …5g |
| ・サラダ油 | …1g | ◎みそ | …4g | ◎卵 | …5g | ◎片栗粉 | …2g |
| ●砂糖 | …1g | ●醤油 | …2g | ●酒 | …2g | ●みりん | …2g |

《作り方》

- ① 玉ねぎ、人参はみじん切りにして、フライパンに油をひき炒める。
- ② 高野豆腐は水で戻し水気を切り、みじん切りにする。
- ③ ボールに◎の材料を入れ混ぜ、形を作る。
- ④ オーブンで180℃20分焼く。(オーブンの加熱時間家庭のオーブンで違います)
- ⑤ ●をフライパンに入れ煮立て④にかける。



☆んめものメニュー大豆の日メニューです!!

