



給食だより

令和4年6月1日
太山寺保育園

ここ最近過ごしやすい日が続いていますが、もうすぐ梅雨の季節がやってきそうなお天気ですね。コロナよっての制限で様々な疲れも出てきていると思います。しかし、人はどんな時でも食事を摂ります。「食べること」イコール「生きること」だと実感しているところです。子どもたちに少しでも「食」に興味を持ってもらえるような給食作りをしていこうと思っています。栄養バランスのよい食生活を心がけて、規則正しい生活を送って梅雨を乗り越えましょう！

先日、保育園の畑で玉ねぎの収穫が行われました。
高騰している玉ねぎがたくさん使えるなんてありがたいです。
しばらくの間の給食は太山寺保育園野菜園の玉ねぎをたくさん使った献立を提供していきます(^_^)



先月の好評献立

- ・豚丼
- ・カレーライス
- ・魚のレモン煮
- ・マーボー豆腐丼
- ・白身魚のフライ
- ・ブロッコリーのごま酢あえ
- ・わかめスープ
- ・アスパラごはん
- ・りんごジャムサンド
- ・黒蜜バナナ

毎月給食検討会を行って人気、不人気の献立、各クラスの給食の様子を聞いて次回の献立に活かしています。



人気献立レシピ



【 豚丼 】

材料(4人分)

豚肉	200g
玉ねぎ	1コ
にんじん	1/4
京ねぎ	1/2本
しょうゆ	大さじ1
砂糖	大さじ1強
塩	少々
煮干し	10g

作り方

- ① 水1、2ℓに煮干しを入れて沸かし、だしの色が出たら煮干しを取り出す。
- ② だしに玉ねぎ、京ねぎを入れ豚肉をほぐしながら入れて沸かす。火が通りやすいにんじんを最後に入れてひと煮立ちさせる。
- ③調味料のしょうゆ、砂糖を入れて味をみて塩は加減をみて入れる。(煮干しだしでだしをとると塩がきいて塩が要らない場合もあります。減塩になりますよ(#^#))
そうしたら、出来上がり~!!