



＼ ご入園・ご進級おめでとうございます ／

今年度も楽しい給食を目標に、食育だより『もぐもぐ』では給食の様子や子どもたちの食事の様子、食育への取り組みなどをお伝えしていきます。よろしくお願いいたします！

毎日美味しい給食・おやつを作っている給食室の職員を紹介します。
好きな給食のメニューなどを教えてもらいました

筒井調理員

旬の食材を取り入れ、美しく、
楽しい給食を心掛けます。

★すきなおやつ★

「揚げパン」
いつの時代もみんな大好き！



佐々木栄養士

今年も給食が楽しい時間になる
ようにしたいと思います。

★おすすめの献立★

「切干大根のナムル」
保存ができる切干大根を使っ
ているので手軽に作れます。マヨ
ネーズ味もあり、これも子ども
達はよく食べています。

若林調理員

思わず笑顔になれる給食を作っ
ていきたいです。

★わたしのおすすめ★

「わかめ」
春を感じる食材の一つ。わかめはし
ゃぶしゃぶにしてポン酢をつけて食
べるとおいしいです。



<おすすめレシピ> 鶏肉のりんごソース焼き

●材料● 大人4人分

| | |
|----------------|------------|
| 鶏もも肉 280g | しょうゆ 大さじ1½ |
| 塩・こしょう 少々 | さとう 小さじ2 |
| リンゴジャム 大さじ1½ | さけ 小さじ1 |
| しょうがすりおろし 小さじ1 | 油 小さじ1½ |
| にんにくすりおろし 少々 | レモン汁 少々 |

◎作り方◎

- ① 鶏肉に塩・こしょうをする。
- ② 各調味料を混ぜ、鶏肉をつける。
- ③ しばらくつけておいた鶏肉をオーブン、フライパンなどで焼く。

