

給食・食育だより

No. 7

平成 28 年 10 月 1 日 南日野保育園

食欲の秋、運動の秋など体を動かすことが心地いい季節です。たくさん体を動かしてお腹を空かせて、秋のおいしいごはんや旬の食材を食べたいですね。さつまいもご飯、炊きこみご飯、給食にも登場しますのでお楽しみにしてくださいね。

給食室から

給食室では、日常の清掃はもちろん定期的に細かいところまで清掃することを心がけています。調理器具はもちろん冷蔵庫の中まで、消毒液を使って清掃します。それは、少しでも食中毒の可能性を減らすために行っています。まだ施設が新しいですが、清掃を怠るとすぐに汚染されてしまいます。安心安全な給食を食べていただくためにマニュアルに沿って努力していきます。

9月のクッキング活動

子どもたちが育て収穫したゴーヤを給食室で調理しました。薄くスライスしてからポイルシツナと和え子どもたちに食べやすいように作りました。苦みも少なく「おいしい」と好評でした。



園児に人気のメニュー

鶏肉レモン揚げ(4人分)

| | | | |
|-------|------|------|----|
| 鶏もも肉 | 280g | ニンニク | 4g |
| 片栗粉 | 28g | | |
| 揚げ油 | 適量 | | |
| 醤油 | 20g | | |
| 砂糖 | 20g | | |
| レモン果汁 | 14g | | |

鶏肉は火の通りを良くするためにフォークなどで刺しておきます。ニンニクを混ぜ片栗粉を塗って油で揚げます。醤油、砂糖、レモン果汁を混ぜ揚げた鶏肉に絡めて完成ですお好みで果汁の量を調整してください

お誕生日メニュー

炊き込みごはん おやつ
カレイフライ かぼちゃホットケーキ
キャベツのサラダ
フルーツ
すまし汁