4月　給食だより

入園・進級おめでとうございます

　新入園の子どもたちを迎え、新年度がスタートしました。
子どもたちは期待に胸をわくわくさせる一方、環境の変わるこの季節は、緊張や不安から体調を崩しやすくなる時でもあります。睡眠をしっかりとり、朝食を食べて登園できるようにしましょう。

　当園の給食は、和食を中心とした献立を心がけています。
苦手な食べ物や初めて口にする食べ物もあると思いますが、たくさんの料理との出会いや楽しい食事の経験は子どもたちの心と体の成長に繋がります。当園での給食が楽しい時間になるよう、安心・安全でおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞよろしくお願いします。
毎月給食だよりで人気メニューのレシピを紹介しています。
他にも気になるメニューがありましたら、気軽に給食室までお尋ねくださいね。

給食レシピ紹介　≪木の葉丼≫

<材料（g）>　（幼児１食分）

ごはん	80	椎茸	5	薄口しょうゆ	1.5
玉ねぎ	30	鶏卵	30	砂糖	2.5
かまぼこ	10	三つ葉	3	酒	2
人参	10	だし汁	20	片栗粉	1

①玉ねぎは薄切り、人参はいちょう切り、椎茸は半分に切って薄切り、三つ葉は1cmの長さに、かまぼこは薄切りに切っておきます。
②鍋にだし汁と調味料を入れ、三つ葉以外の野菜類とかまぼこを入れ、柔らかくなるまで煮ます。
③野菜に火が通ったら、水溶き片栗粉でとろみをつけ、溶き卵を流し入れます。
④卵が固まってきたら、三つ葉を入れ、火を止めて、ごはんの上にのせたら出来上がり。
※かまぼこが木の葉に見えることから木の葉丼という名前になっています。
　片栗粉でとろみをつけてから卵を流すことでふんわりと仕上がりますよ。