

5月給食だより

木々の緑も鮮やかになり風薫る季節になりました。
新学期が始まって1ヶ月がたち、そろそろ学校生活にも慣れてくる頃でしょうか。5月は連休があり、生活リズムが崩れがちです。毎日、元気に過ごせるように、しっかり食べてしっかり体を休めましょう。

姿勢



をよくして食べていますか？

給食で使う食器は、種類によっては持ちにくいものもあると思いますが、食器を持たずに、器に顔を近づけながら食べている様子が時々見られます。食事をする時は出来るだけ食器を持って、姿勢をよくして食べるようにしましょう。

旬の食材

アスパラガス



グリーンピース



アジ



令和6年5月

三原市立田野浦幼稚園

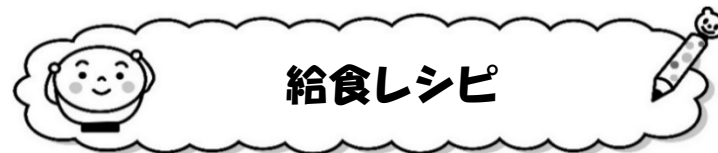


給食アレコレクイズ

5月5日は端午の節句です。この日によく食べられるものは？

- ①ひしもち ②そうめん ③かしわもち

※答えは一番右下にあります。



給食レシピ

厚揚げの味噌煮

【4人分】

厚揚げ	240g
豚細切れ	120g
玉ねぎ	120g
人参	60g
こんにやく	30g
いんげん	20g
炒め油	少々
酒	小さじ 1/2
「中みそ	大さじ 1 と 1/2
しょうゆ	小さじ 1/2
A 砂糖	小さじ 2
水	大さじ 2

- ①厚揚げは大きめサイコロ状、こんにやくは短冊切りにし、湯通しする。
- ②玉ねぎは薄切り、人参は短冊切り、いんげんは2cmぐらいに切り、下ゆでする。
- ③鍋に油を熱し、豚肉と酒を入れて火を通し、②を入れて軽く炒める。
- ④③にAの調味料を入れて火を通す。
- ⑤最後にいんげんを入れたら出来上がり。

答え③ 端午の節句にはしょうぶ湯に入ったり、かしわもちやちまきを食べたりします。