

こんにちは給食室です!!



意外と人気	納豆和え	6人分
材料	納豆 2P キャベツ 1/6 キュウリ 1本 乾燥ワカメ小さじ1 白ゴマ 少々 だししょうゆ	
調味料		
切り方 作り方	①キャベツ厚めの千切り、キュウリ半月切りをサッと茹でる。乾燥ワカメも一緒にお湯の中へ②常温で冷めたら、だししょうゆと白ゴマをふってできあがりです。味付けは調整してくださいネ。納豆に付属されているだししょうゆでもいけるかも。仕上がりにかつおぶしをまぶしてもおいしいです。(鈴虫です)	



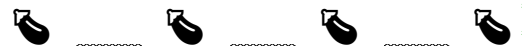
保育園ではひきわり納豆を使用しています。

納豆は温かいご飯にかけて食べたいという方もいらっしゃいますが、園では人気の和え物の一つになっております。



夏のおやつの定番 “とうもろこし”

下久堅保育園では保護者の方が作ったとうもろこしを購入しおやつとして提供しました。これぞ地産地消！みかん組さんが一生懸命に皮を剥いて給食室へ届けてくれました。甘くて軟らかく、実がたくさん詰まったおいしいとうもろこしでした。😊 来年も食べたい～



右の写真はナスのはさみ揚げです。園児たちはナスはあまり食べが良くないですが、これは食べてくれます。

ナスを半分にして更に横向きに一本包丁を入れます。そこにささ身を挟み込み、パン粉を付けて揚げます。保育園ではソースをかけましたが、お醤油でもおいしいと思います。



保育園給食では、地元産の野菜や食材を使用し、生産者が見える食材使用で安心安全を心がけています。写真のこん

にゃくはよくスーパーなどでも見かける南信濃和田に工場を構える小林こんにゃく店の代表品とも言えるこんにゃくです。地産地消の取り組みとして紹介パネルを作りました。各園を巡回して展示しますので目を通していただければ幸いです。



発行：保育家庭課