

つながる給食通信 Vol10



バナナは朝のエネルギーチャージに最適です。そのままでも良し、パンに挟んでも良し。朝食やオヤツにもお試しください。時短間違いなし!!

バナナサンド　4人分	
材料 調味料	食パン８枚切りを４枚　　バナナ２本 ホイップクリーム１枚につき大さじ２
作り方	①バナナ 1/2 をスライスしておく。②食パンを２枚並べクリームを塗る③バナナをのせ食パンでサンドする ※耳はお好みでカットしてください。ホイップクリームの量もお好みでお試しください。バナナは細かく切ってクリームと混ぜて塗ってもいいです。



写真は殿岡保育園でおやつに提供されたバナナサンドです。（10/20）



10 月 16 日の三穂保育園の献立は「ワンタンスープ・ハンバーグ・添え野菜・丸パン」の献立でした。
自分で挟んで食べるとおいしさも違うかなー。
忙しい毎日で、買ってしまうこともありますが、自分でつくったものはカロリーも塩分も低くなるし、達成感もあるので食べる喜びが違います！











発行
保育家庭課

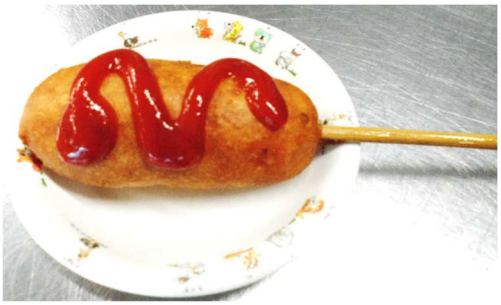


左の写真は親子丼の具です。この後こどもたちは自分でご飯をかけて食べます。家庭でも丼物は食べるのが早いし洗い物も少なく何かと重宝する献立ですよね。
他には今が旬のれんこんサラダとオレンジです。
サラダや和え物はこどもたちもおかわりをして食べてくれますが、この日のサラダはマヨネーズ味なのでよりたくさん食べてくれました。れんこんとマヨネーズのマッチングは最高です。
これから冬野菜の時期になってきますが、寒さに耐えながら育ってきた野菜たちは、その分栄養を蓄えているので更においしさが増しています。

（10/20 座光寺保育園）

写真はおやつで提供された芋もちです。→
じゃが芋を茹でて潰したところへ片栗粉を混ぜ、しょう油とバターで焼きました。最後に海苔を巻けば出来上がりです。ホントにお餅みたいになりますよ！
（10/26 鼎みつば保育園）





嫌いな子はいない!!ソーセージドック（10/20 鼎みつば保育園）



🐟🐟🐟　鮭フライサンド　🐟🐟🐟



10/27 この日の丸山保育園の献立は⮭けんちん汁・レバーのゴマみそ和え・ボイル野菜でした。レバーは片栗粉で揚げますが、タレは別でつくって最後に揚げたレバーと混ぜます。ケチャップ味・カレー味・写真のゴマみそ味の３種類あります。



川路保育園の給食の様子です。→
すまし汁・鮭の塩焼き・納豆和えでした↑納豆はご飯にかけて食べることが多いと思いますが、和え物でもおいしいです。（10/19）



