

食事だより

大津・小椋

2019（平成31）年 2月号

～幼児クラスワンポイント話～

先月は「七草」についてお話をしました。七草粥は、今年も1年健康に過ごせるようにと願いが込められていること、お正月で沢山のごちそうを食べた胃を休ませるために食べることを伝えました。子どもたちも、お正月はおせちや雑煮と沢山のごちそうを食べた様でした。おやつの七草粥もよく食べており「おなかがやすまったかなー？」と心配する姿も見られ、微笑ましかったです。



2月

幼児クラスワンポイント話

『節分のお話』



2月1日は、節分メニューです！

～お昼～

☆大豆ご飯

☆厚揚げの甘酢炒め

☆春雨サラダ

☆なめこの味噌汁

☆バナナ

～おやつ～

☆鬼まんじゅう

☆牛乳

2月3日は「節分」ですね。節分とは本来、季節の変わり目のことを意味しています。

また、節分の日に行う豆まきには、邪（鬼）を追い払う意味が込められています。給食では大豆ご飯を食べます。豆を食べて悪い鬼を追い払い、今年一年も元気に過ごして行きたいと思えます！

～クッキングのお知らせ～

2月22日は、幼児クラスで『サンドイッチ』のクッキングを行います。

好きな具材を組み合わせ、自分だけのオリジナルサンドイッチを作りたいと思えます！！

★2月の献立レシピ★

～鬼まんじゅう～

愛知の名物で、ゴロゴロとしたさつま芋の形が鬼の金棒に見えることが由来です。

《材料 4人分》

さつま芋・・・1本

小麦粉・・・120g

砂糖・・・100g

水・・・40cc（加減を見ながら調節）

《作り方》

①皮を剥いたさつま芋を8mm角ほどの大きさに切り、たっぷりの水にさらす。

②①の水気をしっかりきり、ボールに砂糖を加え絡める。

③②に小麦粉を加え、全体をよく混ぜ、だまにならないよう、水を少量ずつ加える。

④クッキングシートに生地をとる。

⑤蒸し器に④を並べ、15分程度蒸す。

⑥楊枝を刺し、芋に火が通れば完成です。

※ホットケーキミックスを代用しても簡単に作ることができます。是非ご家庭でも試してみてください。