

おすすめレシピ

☆サンカヤーファクトーン☆

<子ども2人 大人2人分>

かぼちゃ・・・150g

動物性生クリーム・・・75g

牛乳・・・50g

上白糖・・・30g

イナアガー・・・6g

水・・・75g

<作り方>

- ① かぼちゃは適当な大きさに切り、柔らかく茹で、皮を取り除いて裏ごします。
- ② 鍋に①、生クリーム、牛乳を入れ弱火で混ぜながら人肌程度に温めます。
- ③ ボウルにアガーと砂糖を入れ、よく混ぜ合わせます。
- ④ 鍋に水を入れ③をだまにならないよう少しずつ振り入れながら混ぜます。
- ⑤ ④を加熱し、軽く沸騰(95℃以上)させて火を止めます。
- ⑥ ②を合わせ、容器に流し入れ冷やし固めます。



世界の料理 「タイ」

タイは、日本と同じく日常的にコメを食べますが、パラパラであっさりした種類の米が主流です。特徴的なのは、ナンプラー（魚醤）という魚を発酵させて作った調味料です。独特の味わいがあり、スープや炒め物によく使います。給食では食べやすくアレンジして提供します。おやつはタイ風のか



行事食 「夏祭り」



夏祭りは豊作祈願や疫病退散などを目的に行われてきた祭りです。盆踊りは、亡くなったご先祖様をお迎えしおもてなしする意が込められているそうです。給食は祭りを華やかに盛り上げる屋台飯をイメージしました。焼きとうもろこしごはん、鶏肉のからあげ、ピクルス、おやつは焼きそばを提供します。



行事食

6日(木) 夏祭り献立

20日(木) タイ料理

25日(火) ベジおやつ

●カミカミデー

5, 13, 19日



27日(木) 誕生日会

<お昼>

おばけカレー

野菜おかか和え

スープ

オレンジ

<おやつ>

おばけクッキー



Q&A

Q ふりかけごはんしか食べません、栄養の偏りが心配です。

A しばらくは見守りつつ、食べないものも食卓に

それしか食べない「ばかり食べ」は2～3歳児に多く見られますが、多くの場合、ずっと続くわけではありません。成長の遅れや疲れやすい、口内炎などのサインがなければ、過度に心配せずに見守りましょう。食べられないものも味やかたさ、見た目の雰囲気などを変えながら食卓に出し続けてみてください。そして大人がそばで一緒においしそうに食べてみてください。ふとしたきっかけで食べるようになることもあります。一口でも食べたら、思い切り褒めてあげましょう。

