

おすすめレシピ

☆ガーリックトマトパスタ☆

<子ども2人 大人2人分>

スパゲティ・・・250g

ベーコン・・・75g

たまねぎ・・・150g

にんにく・・・2.5g

サラダ油・・・5g

トマト缶・・・75g

ケチャップ・・・15g

野菜ブイヨン・・・2.5g

塩・・・0.5g



<作り方>

- ① 鍋で湯を沸かし、スパゲティを茹でます。
- ② フライパンにサラダ油を入れ、にんにくを炒めます。
香りがでてきたら、ベーコン、玉ねぎを入れ炒めます。
- ③ 火が通ったら、調味料を入れ炒めます。
- ④ 茹でたスパゲティと具を絡ませます。



世界の料理 「イタリア」

イタリア料理は、素材の味を活かすシンプルな味付けが特徴です。北部は酪農が盛んで乳製品を使った料理が、南部は農業や漁業が盛んでトマトやオリーブ、魚介類を使った色鮮やかな料理が並びます。おやつビスコッティは「2度焼きした」という意味で、カリカリとした香ばしい食感が特徴です。



行事食 「お月見」

1年で一番美しい満月を見ながら秋の収穫に感謝する伝統行事です。給食では、月をイメージしたチーズハンバーグ、おやつは「芋名月」とも呼ばれる十五夜にちなみ、スイートポテトを提供します。今年の中秋の名月は9月25日（金）です。夜空を見上げてみましょう。



食育風景・けやき組クッキング

8月21日（金）ナイト保育でけやき組がカレー作りをしました。じゃがいもと人参を包丁で切ったり、具材を炒めてから煮込んだりしてみんなで力を合わせて美味しいカレーを作りました



カレーの鍋はからっぽ 完食です



野菜も上手に切れました

Q&A

Q 5歳の子どもが、箸をうまく使えません。

A 遊びながら箸の練習を

箸を使えるようになるには、手指が十分に発達している必要があります。スプーンやフォークを鉛筆を持つような手つきで持てるようになったら、箸の練習を始めてみましょう。ただし、箸の持ち方ばかりを気にしていると、食事が苦痛になってしまいます。マシュマロやサイコロ状に切ったパンなど、箸でつかみやすいものを皿から皿へ移動させるなど、楽しみながら練習してみてもいいかもしれません。

