



令和7年 5月 かつしか風の子保育園

かつしか風の子保育園のお昼ご飯

かつしか風の子保育園では2週間のサイクルメニューにしています。未経験の食材や料理を「食べず嫌い」することの多い子どもたちですが、初めてのメニューであまり食事が進まない子が2回目では食べるようになることもあり、1ヶ月の中でも成長を感じています。

月曜日から金曜日は毎日「今日の給食とおやつ」を玄関付近に掲示しています。お迎えの時などに見ていただき、会話の話題にしていただけると嬉しいです。

また、食育指導を通して食材の持つ力を知った大きい仲間が「体をつくるもとになる（赤）」「体を守ってくれる（緑）」「体を動かすもとになる（黄）」に分ける食材貼りのお当番を始めました。台所に食材カードを取りに来た後は、献立表を見ながら食材が何色の仲間なのか考えたり、台所に何色かを聞きに来たりしながらお当番の仕事を一生懸命果たそうとしています。そんな姿を台所職員皆で嬉しく見守っています。

今月の人気献立

アスパラ入り豆腐ミートローフ

材料・分量4人分

- ・木綿豆腐・・・1丁
- ・豚挽き肉・・・200g
- ・たまねぎ（みじん切り）・・・1個
- ・油・・・大さじ1
- ・食塩・・・少々
- ・パン粉・・・適量
- ・グリーンアスパラガス・・・1束
- ・にんじん・・・1/2本
- ・コーン・・・適量
- ・ケチャップ・・・適宜
- ・中濃ソース・・・適宜

作り方

- ①たまねぎは油で炒めて粗熱をとっておく。オーブンを180℃に予熱しておく。
- ②アスパラガスは下の固い部分を折り、下から3cmくらいピーラーで剥き、1cmに切る。にんじんは、5～7mmくらいの大きさのコロコロに切る。
- ③ボールに豚肉、豆腐、①、②、食塩、パン粉、コーンを加え、よく混ぜる。
- ④③を棒状に成型し、オーブン180℃15分～20分焼く。
（菜箸をさしてみても透明な肉汁が出れば焼き上がり）
- ⑤食べやすい大きさに切り分ける。

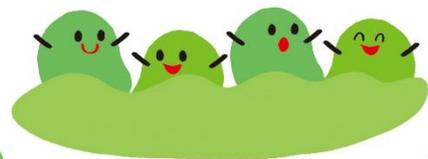


5月5日は子どもの日

子どもの人格を重んじ、子どもの幸福をはかるとともに、すべての子どもの成長を願う日です。

なぜ柏餅を食べるの？

柏の葉は新しい芽が出るまで落ちないとことから子孫繁栄の縁起を担ぐとされているので柏餅を食べる習慣ができたと言われています。



これから初夏に向けてのみ出回る旬のそら豆。少しくせがありますが亜鉛とビタミンB2に富んだ5月の味覚です。子どもたちにそら豆のさや出しのお手伝いをしてもらおう予定です♪

