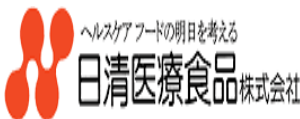


5月栄養だよ!



新学期が始まり1か月が経ちました。園にもそろそろ慣れてきた様子ですが、この時期は突然体調を崩してしまう子もいます。風邪を引かないように、日頃から風邪の予防を心がけましょう!

風邪予防のポイント

1、手洗い・うがいをする



2、しっかり栄養をとる



3、十分な睡眠をとる



4 適度な運動をする



給食の人気メニュー
ご紹介



大学いも風ケーキ

<材料> (30cm角天板約1枚分)

- ・さつまいも 160g
- ・小麦粉 85g
- ・ベーキングパウダー 4.5g
- ・砂糖 70g
- ・無塩バター 70g
- ・牛乳 85g
- ・卵 2個 (みたらしタレ)
- ・醤油 小さじ1/2
- ・砂糖 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・黒いりごま 少々

<作り方>

- ①さつまいもは茹でて、熱いうちになめらかにつぶす。
- ②バターはレンジにかけ溶かしておき、その他の材料と合わせる。しっかり混ぜたら①と合わせ、クッキングシートを敷いた天板にのばし、170度のオーブンで10分程度焼く。
- ③みたらしタレの材料を鍋で少しとろみが出るまで温め、ケーキに塗り黒ごまをふる。お好みの大きさにカットしてできあがり!



5月5日は子どもの日です!

こどもの日に食べるかしわ餅ですが、柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから「子孫繁栄」の縁起をかつぎ、食べられるようになったと言われています。

園では5月1日のお昼にこいのぼりナゲット、おやつにはかしわ餅風の蒸しパンを提供する予定です! お楽しみに★☆☆

