

給食だより

本格的な夏が始まりました。

夏は体力の消耗が激しい季節です。冷たいものの食べ過ぎで胃腸が弱り食欲が落ちることも…
そんな時は温かいスープがおすすめです。

熱中症や脱水症状に十分注意し、こまめな休憩をとりながら元気に過ごしましょう。

給食のひとこま



6月の完全給食の日はみんな大好きタコライス！
スパイシーな豚そぼろと一緒にレタスやトマトの
生野菜もモリモリ食べられました。



保育園の畑から子どもたちが
掘ってきてくれたじゃがいも
が給食室に届きました。7、8
月はこのお芋を使っておいし
い給食を作っていきます。



7/7は七夕でした。
星型コロッケと天の川を
イメージしたオクラと春雨
入りのかきたまスープ
でした。みんな喜んで食
べてくれました。

じゃがいもの ポタージュ



じゃがいも(正味)	350g
玉ねぎ	150g
コンソメ	2こ
牛乳	300ml
バター	15g

- 1, じゃがいも・玉ねぎを小さめに切る。
- 2, 1を鍋に入れ材料がかぶるくらいの水を入れ、やわらかくなるまで煮る。
- 3, 2をマッシャーやヘラなどでつぶす。
(ミキサーを使うとよりなめらかになる)
- 4, コンソメ・牛乳・バターを加え煮たらできあがり！
※2の水分の残り具合で濃さが変わるので水や塩で味を調整してください。



毎日の給食とおやつをリアルタイムでホームページにアップしていますので是非ご覧ください