



入園・進級おめでとうございます

いずみ幼稚園では、食に興味や関心をもって、食べることが大好きな子供になってもらえるよう、'楽しく・おいしい・手作り給食'をお出ししています。地域の旬の食材や園で作った食材を使い、食材のそのものの味を味わえるような薄味料理をこころがけています。また、幼児期の成長に必要な栄養がバランスよく補えるような献立を考えています。

給食に関するお問い合わせや、子供の好きな料理に関する情報などありましたら、ぜひ、お寄せください。

※ 牛乳は、おかずをしっかり食べてもらいたいため、給食の中ではお出ししていません。ご家庭でのおやつで取り入れて下さい。

メニュー紹介①

鮭寿司

- ① 人参はいちょう切りにして茹でる。
- ② きゅうりは半月の薄切りにし塩を振りかける。
- ③ 鮭は焼いてほぐしておく。
- ④ 卵は溶いて炒り卵にする。
- ⑤ 酢飯にすべての材料を入れて混ぜる。
- ⑥ 食べるときにごまをふりかける。

材料(子ども4人分)

米……………200g
 寿司酢…(酢…20g
 砂糖…12g
 塩…1.6g)
 鮭(塩) ……80g
 きゅうり…40g
 卵……………40g
 人参…………32g
 ごま…………8g



メニュー紹介②

鶯餅

- ① 白玉粉と砂糖を合わせ水で溶く。
- ② ①を15分間、強火で蒸す。
- ③ ②をすりこぎでよく搗く。
- ④ 丸めたあんこを③で包み両端をつまむ。
- ⑤ ④にうぐいす粉をまぶす。

材料(子ども4人分)

白玉粉…40g、砂糖…
 24g、水…48g、粒あ
 ん…60g、うぐいす粉
 ……16g



日	曜	給食	ぼんぼこ教室 おやつ
1	金		
2	土		
3	日		
4	月		
5	火		
6	水		
7	木	ごはん、みそしる、とりにくのカレーあげ、グラッセ、いそあえ、くだもの	おやき
8	金	にゅうえんしき	
9	土		
10	日		
11	月	ごはん、ハンバーグ、フライドポテト、ごまあえ、チーズ、のりたまふりかけ	みどりだんご
12	火	わかめごはん、あつやきたまご、かぼちゃのそぼろに、やさいソテー、ヨーグルト	とうふドーナツ
13	水	ごはん、とうふボール、スティックやさい、くだもの、のりふりかけ	あおなとじゃこのむしぼん
14	木	さけごはん、にくじゃが、コーンサラダ、くだもの	うぐいすもち
15	金	ひじきごはん、ちくわのいそべあげ、ふかしいも、くだもの、ヤクルト	おぐらミルクゼリー
16	土		
17	日		
18	月	あいじょうべんとう	あげぼん
19	火	さけずし、みそしる、ビーフソテー、かぼちゃグラッセ、くだもの	おやつやきそば
20	水	てんしんどん、はるさめスープ、ごまずあえ、くだもの	ごへいもち
21	木	まーぼーとうふどんぶり、ちゅうかスープ、かぼちゃのサラダ、ミニトマト	プリン
22	金	ごはん、みそしる、さかなケチャップいため、サラダ、やさいのすあげ	ラスク
23	土	※メニューは食材納品の関係で若干変更されることもあります。	
24	日		
25	月	くまさんカレー、スティックやさい、くだもの	ヨーグルト、クラッカーサンド
26	火	ごはん、かきたまじる、スタミナなっとう、じゃがいもピザ、トマト	チョコっとフレンチ
27	水	にんじんごはん、わかめスープ、だいずこからあげ、ナムル、くだもの	とうにゅうおこのみやき
28	木	ごはん、みそしる、さかなのみそやき、ポテトサラダ、くだもの	キャロットケーキ
29	金	しょうわのひ	
30	土		