

こんにちは!



12・4がつ 給食慣れよう

ようちえん給食です!



ご入園・ご進級おめでとうございます

一学期は給食に慣れよう。お弁当は見た目がいのち!!

- ・フライなどは中身が分かるように半分カットしています
- ・申付き食材は、申を抜いています
- ・色んな食材があることを見て知ることから始めましょう



バランやキャラクターもの、目で楽しめる工夫もしてるよ!

ごあいさつ

このたび、栄養士の羨沼が産休に入ることになりました。その間、吉田が引き継ぎます。

10年前までの2年間、弊社に勤務していました。出産を機に退職してから、10年のブランクがありますが、精一杯がんばります! 宜しくお願いします。



吉田 英子

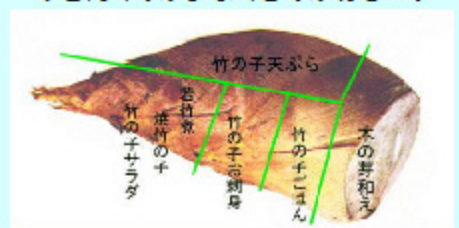
羨沼 彩

元気な赤ちゃんを産んで、パワーアップして戻ってきたいと思います☆ 4/20出産予定日です! それまで、ごきげんよう!

旬の食材紹介 たけのこ

★たけのこの特徴を生かした調理を

先の柔らかい部分はあくも強いのでよくアク抜きしてね。下の部分はかたいけどあくみが少なく甘みがあるの!



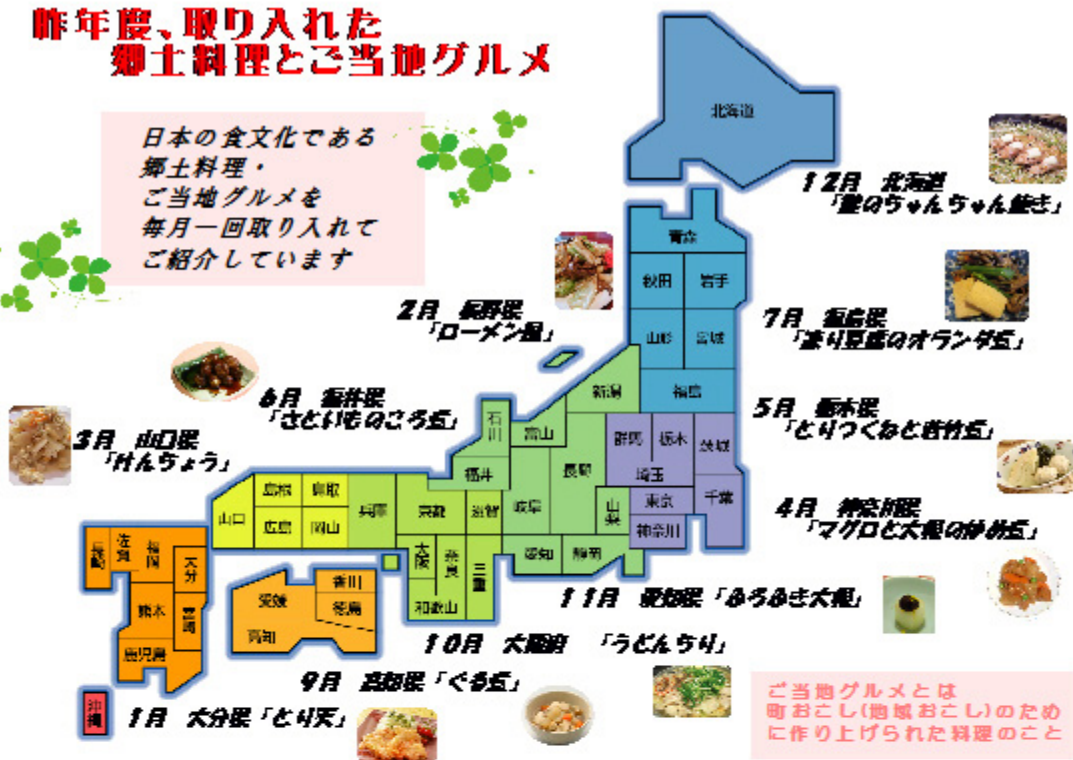
たけのこは、ヘルシーな低カロリー食品。エネルギーが少ないのにタンパク質や食物繊維、ビタミン類などの栄養素を豊富に含んでいます。

- 4/11 キャベツと豚肉の味噌炒め
- 4/12 中華炒め
- 4/16 オイスター炒め
- 4/23 のっぺ(郷土料理)

アレルギー対応食について
卵・卵乳・乳の三種は対応可能です。
その他については、容器とシートの貸し出しをしております。

昨年度、取り入れた郷土料理とご当地グルメ

日本の食文化である郷土料理・ご当地グルメを毎月一回取り入れてご紹介しています



ご当地グルメとは町おこし(地域おこし)のために作り上げられた料理のこと

郷土料理紹介 新潟県 のっぺ

冷ましても温めてもおいしい家庭料理



短冊もしくは、小さく角切りにしたサトイモを主とし、鶏肉、ニンジン、ゴボウ、油揚げ、イクラ、貝柱、キノコ、銀杏、筍等を加えた煮物。サトイモによって「とろみ」が自然につくため、片栗粉やデンプンはいれません。



のっぺは日本の郷土料理のひとつ。「のっぺい汁」とは違うよ☆ サトイモをじゃがいもにする地域もあるよ。



4/23メニュー

ようちえん給食 F・C

ご意見・ご感想をお待ちしております
仙台市若林区鶴代町1-15



<http://www.youchien-kyushoku.jp>

TEL 022-782-0821
FAX 022-782-0822

栄養士 吉田 英子
お客様係 伊藤 純子

