

緑ヶ丘幼稚園

ぱくぱく だより

2022年
4月号



給食室

ご入園、ご進級おめでとうございます。

新年度になり新たな生活がスタートします。

4月は旧暦で「卯月（うづき・うつき）」。名前の由来は諸説ありますが、「卯の花（ウツギの花）が咲く月」が省略されこう呼ばれるようになりました。年度始めの4月は、緊張や不安で知らぬ間に子どもたちも疲れが溜まりがちです。十分な休息に加え、朝食をしっかりと摂り、一日を元気にスタートさせましょう。給食では、少しでも緊張を和らげてもらえるよう、人気が高く食べやすい献立を多く取り入れました。

今年度も「旬」を感じられる給食と、健やかな心と体を育む安心・安全な給食づくりに努めてまいります。一年間どうぞよろしくお願い致します。

今月の 二十四節気

清明 (せいめい) 4月4日頃

万物が若返り、清々しく明るく美しい季節です。桜の花が咲き、お花見シーズンでもあります。

☆二十四節気とは☆
昔、農作物を作るための目安として季節や自然の変化を表した暦です。二十四節気の変り目の日には、季節食材をふんだんに用いた給食の提供をしています。



穀雨 (こくう) 4月20日頃

雨で潤った田畑は種まきの好期を迎えます。変わりやすい春の天気もこの頃から安定し、日差しも強まってきます。



《毎月19日は食育の日です》

さあ給食がはじまるよ！！
給食の先生と1年間のお約束をしましょう

『たくさんきゅうしょくをたべて じょうぶなからだをつくりましょう』

1 げんきよくいただきますのごあいさつをしましょう

2 よくかんでたべましょう

3 おわんやおさはもってたべましょう

4 きゅうしょくはおともだちとたのしくたべましょう

鶏肉のマーマレード焼き



《約4人分》

- ・鶏肉(50g)・・・4枚
- ・マーマレードジャム・・・25g
- ・料理酒・・・5g
- ・しょうゆ・・・5g

《作り方》

- ①ボウルに鶏肉、マーマレードジャム、料理酒、しょうゆを入れ全体になじませます。
 - ②①の上からラップをし、30～1時間ほど冷蔵庫に入れておきます。
 - ③②を鉄板に並べ、170℃のオーブンで15～20分焼けば出来上がりです。
- ※フライパンの場合は油を引き、中火で7分、キッチンペーパーで余分な油をふき取りながらひっくり返して弱火で5分ほどで出来上がりです。

