保育所のおすすめメニュー

デコレーションカレー

材　料	目安の分量 こども３人分 （大人２人分）	作り方
豚ひき肉	４５ｇ	**①野菜を切ります。** 野菜は全て小さめに切ります。 **②材料を炒めます。** フライパンを温め、油を入れ、ひき肉と①の野菜を入れ炒めます。 **③調味料を入れます。** ②にカレールウで味を整えます。 **④盛り付けます。** うずら卵水煮を半分に切って、切り目を入れたウインナーの真ん中に入れ込み、お花を作ります。 盛り付けたご飯の上に飾ります。
じゃがいも	１個（90ｇ）	
玉ねぎ	１/５玉 （４５ｇ）	
にんじん	小１/２本 （４５ｇ）	
炒め油	小さじ１（４ｇ）	
カレールウ	２かけ （４０ｇ）	
うずら卵水煮	１人１個	
ソーセージ	1/５本（１５ｇ）	
ブロッコリー	１５ｇ（１房）	
ごはん（子ども１人分）	１１０ｇ	

（子ども１人分：ｴﾈﾙｷﾞｰ335ｋcal・たんぱく質 10.7ｇ・脂質 13.2ｇ・塩分 2.0ｇ）

【10 月の行事食メニュー♫たぬきのカレー屋さん】

子育て支援課です。気温も下がり、急に秋が訪れました。毎月保育所では行事食を楽しんでいますが、あらっ、かわいいカレー屋さんがオープンしたようです。

今回は、千丈保育所より、たぬきのカレー屋さんの「デコレーションカレー」を紹介します。

この日のメニューは「デコレーションカレー」お花のトッピングをはじめ、子どもたちからリクエストがあった様々なトッピングを準備して、たぬきのカレー屋さんオープン！

自分に好きなトッピングを、たぬきさんたちに伝えて、自分のオリジナルカレーを作りました。

コロナ渦でクッキングや食育活動が制約される中でも、衛生面に気をつけながら、たぬきのカレー屋さんで楽しく食事ができたことを嬉しく思います。カレー屋さんで大忙しだった 2 匹のたぬき調理員さんたち。子どもたちに「かわい～い♡」と大人気！

いつも保育所の子どもたちのために、美味しい給食を一生懸命作ってくれてありがとうございます。食の楽しい思い出は心の糧になります。保育所のみんなが楽しく食べて、心も体も大きく育ってくれることを願っています。

＊6 月に真穴保育所で作った「かえるのデコレーションカレー」の写真も見てください。