



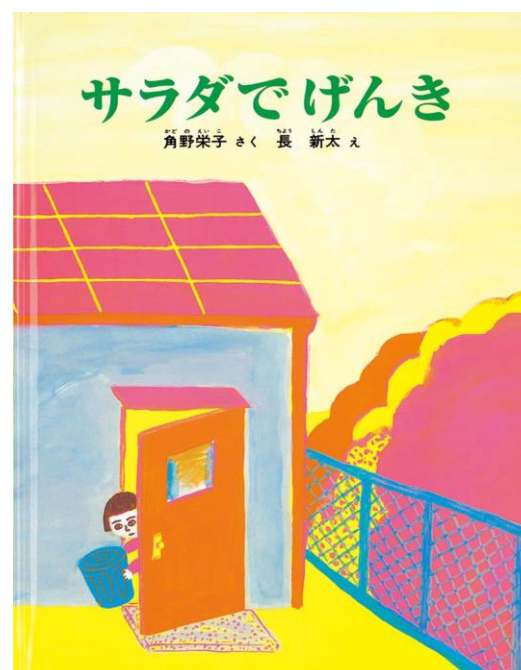
10月の絵本給食についてお知らせします。 その時の給食レシピも紹介しますので、お家で作ってみてくださいね。



書名
ねこまるせんせいのおつきみ

著者名
作/押川理佐 絵/渡辺有一

出版社名
株式会社 世界文化社



書名
サラダでげんき

著者名
作/角野栄子 絵/長 新太

出版社名
福音館書店



お月見の献立「お月見団子」《10/6の献立より》

(団子) 作りやすい分量(約30個できます。)	(きなこ)
白玉粉 150g	きなこ 40g
きぬごし豆腐 150g(1パック)	さとう 40g
	塩 ひとつまみ

※たんぱく質がとれるヘルシーなお団子です。もちもちとした食感でおいしいですよ!

【作り方】

- ①白玉粉と豆腐をまぜ、ひとまとまりになるまでよくこねる。
- ②好みの大きさの団子を作る。
手のひらで軽く転がし、丸く形を作る。
- ③ふつとしたお湯に団子を入れ、なべ底にくっつかないようにさいばしで転がす。
- ④団子が浮いて1〜2分たったら、冷水にうつして冷ます。
- ⑤きなこ、さとう、塩を合わせて、団子にまぶす。



*給食は大量調理のため、冷凍の白玉団子を使用しました。このレシピは、クッキングクラブのレシピです。

サラダでげんき「りっちゃんサラダ」《10/14の献立より》

(2人分)	塩きざみ昆布 0.5g
ロースハム(短冊切り) 1〜2枚	かつおぶし 1g
キャベツ(千切り) 40g	酢 小さじ1
きゅうり(細切り) 20g	さとう 小さじ1
コーン(冷凍か缶詰) 10g	サラダ油 少々
にんじん(細切り) 6g	塩 少々
	ミニトマト 2個

【作り方】

- ①野菜等は、ゆでて冷ます。
- ②酢、さとう、サラダ油、塩を混ぜ合わせる。
- ③トマト以外の材料を混ぜ合わせる。
(かつおぶしは、最後に入れる。)
- ④ミニトマトは、洗ってへたをとる。
- ⑤器に盛りつける。



子どもたちに人気のサラダです!