



♪ うさぎ組の給食の様子を紹介します♪

この日の給食は【焼肉・ブロッコリーの和え物・大根の塩炒め・バナナ】でした。

新しい環境にも慣れてきており、
給食やおやつ時間が楽しんでいるようです！



【焼肉】は、野菜をたくさん使った献立ですが、
味噌とにんにくをベースにした味付けで、ごはんもよく進みますよ♪

～ 今月のコラム ～

今月は【レシピ紹介】です。

★豆腐とひき肉のトマト煮★

<材料> (大人4人分)

豚ひき肉	160g
木綿豆腐	500g
ホールトマト缶	300g
玉ねぎ	中1/2個
ピーマン	2個
にんにく	1かけ
油	大さじ1
無塩バター	〃
薄力粉	大さじ2と1/2
酒	大さじ1と1/2
ウスターソース	大さじ1
塩	小さじ2/3
こしょう	少々
砂糖	大さじ1
鶏がらスープの素	小さじ1と1/2
水	80ml

A

<作り方>

- ① 豆腐は1cm角に切り、水気をきる。
- ② トマト缶・玉ねぎ・ピーマンは角切りにする。
- ③ にんにくはみじん切りにする。
- ④ 鍋に油とバターと③を入れて熱し、香りが出たら玉ねぎを加え炒める。
- ⑤ ④にひき肉を加えて炒め、火が通ってきたら薄力粉を加えて炒める。
- ⑥ ⑤にトマト缶とAを加え、とろみがついてくるので時々混ぜながら10～15分程度煮込む。
- ⑦ 最後に①とピーマンを加えてさっと煮込む。

【洋風の麻婆豆腐】です！
豆腐やトマトなどは子どもたちに苦手意識を持たれやすい食材ですが、
しっかりとした味付けの為、ごはんが進むおかずになりますよ♪

7月の予定



日	曜	行事	日	曜	行事
1	月	プール掃除	13	土	夏祭り (1部 9:45 / 2部 11:10)
2	火	プール開き	18	木	誕生会
4	木	すいか割り	25	木	太鼓指導(4・5歳児)
5	金	七夕祭り	30	火	プール参観(3歳児)