



令和7年4月28日発行
認定こども園飯田ルーテル幼稚園

新年度が始まり、1ヶ月が経とうとしていますね。連休もあり、お出かけをしたり、お家でゆっくり過ごしてまた元気な姿で幼稚園に来るのを楽しみにしています😊

ルーテルの給食について

- ① 主食 ご飯（週3回～、白米には押し麦を混ぜています。） 麺（中華麺、スパゲティ、うどん等）、パン
- ② 牛乳 目安量 ～200ml（年長児頃までに）
- ③ おかず（主菜と副菜、汁物、果物やゼリー等のデザート）



- ・栄養が偏らないよう、色々な食材を組み合わせます。 ・行事食を大事にします。
- ・家庭で不足しがちな食品（魚、大豆製品、海藻など）は多めに、子どもの食べ具合やその時期の様子に応じて提供します。
- ・栄養素（エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩）は適正量を保つよう心がけます。※予定献立に記載します。

食品衛生上、実施すること

- ・食材については、十分な加熱、冷却、消毒をおこないます。
 - ・果物、ミニトマト以外のものは、加熱消毒をします。果物は原則として塩素で消毒をし、十分な水ですすいでから提供します。
 - ・加熱が十分されているか、温度を計って記録をします。
- 調理機器や道具、歯ブラシ、食器などは食洗機で洗った後消毒し、乾燥させます。



4月の給食メニューより

毎月給食メニューを一品、紹介していきます

★ケチャップソースハンバーグ★

<材料（大人4人分）>

・豚ひき肉 350g ・鶏ひき肉 150g ・玉ねぎ 1個 ・粉豆腐 大さじ1 ・片栗粉 大さじ1 ・サラダ油 適量
～ソース～ ★ケチャップ 大さじ2 ★中濃ソース 大さじ1 ★こいくちしょうゆ 小さじ2 ★砂糖 小さじ1

切って提供するため、四角い形をしています♪

<作り方>

- ① 玉ねぎはみじん切りにし、油をしいたフライパンで透明になるまで炒める。→粗熱をとっておく。
- ② すべての材料と、①を入れて良く混ぜる。
- ③ 成形して、油をしいたフライパンで焼いていく。※ルーテルではオーブンで蒸し焼きにしています。
- ④ ソースは全て合わせてふつふつするまで煮る。

一緒に食べられるよう、卵・乳を使わないハンバーグです！



4月より展示食（実際の給食）を給食室前に展示しています。お時間ある時覗いてみてください♪ ※11時～15時

