



給食だより

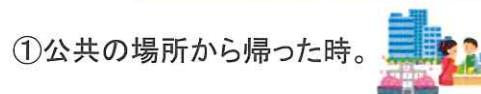


しっかり手を洗おう！！



感染症は、手や指に付着したウイルスや細菌が鼻や目・口から体内に入ることで罹患します。
手洗いは、手や指を介した感染症の予防にとても有効です。
食事の前後はもちろん、外から帰った後なども、ウイルスや細菌を洗い流しましょう。

手洗いの5つのタイミング



①公共の場所から帰った時。



④病気の人のケアをした時。



②咳やクシャミ、鼻をかんだ時。



③ご飯を食べる前と後。



⑤外にあるものに触った時。



正しい手洗い方法



正しい手洗いの方法を身に着け、感染症に負けないよう過ごしましょう！(*'▽'*)

☆コバト保育園給食メニュー☆

「これは揚げ」

【材料(約4人分)】

・すり身	120g	・小麦粉	20g
・長葱	32g	・澱粉	12g
・玉葱	40g	・カレー粉	1g
・人参	24g	・三温糖	6g
・たまご	24g	・塩	2g
		・揚げ油	



《作り方》

- ① 玉葱・長葱はみじん切りにする。人参はすりおろす。
- ② ボウルにすり身、①、たまごを入れたらよく混ぜ合わせる。混ざったら澱粉、小麦粉、カレー粉、塩を入れてさらに混ぜ合わせる。
- ③ ②がよく混ざり出来上がったら、お好みの大きさの小判型に丸めて油で揚げていく。
- ④ ③に火が通ったら完成♪(^o^)♪(^o^)♪



2月3日、保育園での豆まきの日のおやつは、大豆からできた豆乳を使ったシフォンケーキです(*^-^*)