



令和4年度 8月号
ひので保育園

夏場に食欲増進する食事

夏は暑さで食欲が減退しがちです。夏バテを防ぐためにも、カレー粉や梅、レモンなどの香辛料や酸味を使って、食欲増進を図りましょう。

スパイスは風味を増すだけでなく、消化をよくするなどの効果があります。

保育園の8月メニューでは『タコライス』『鶏むね肉のみぞれ南蛮』『野菜サラダ梅ドレッシング』など登場します。お楽しみに！！



給食室より食中毒の対策として

食中毒の原因となるウイルスや細菌のほとんどは、加熱することで退治できます。

園での調理は、料理が中心まで十分に加熱されているか温度計で測定し

(75℃で1分以上)、調理器具や食器、ふきん、スポンジなどは、熱湯や次亜塩素酸

ナトリウムで消毒しています。また、調理従事者はマスクを着用し、しっかり手洗いをした上でアルコール消毒を行うなど食中毒の予防に努めています。



お休みの日に親子で作ってみませんか！！ 「ヨーグルトムース」

材料)	4人分	作り方)
プレーンヨーグルト	400g	①鍋に牛乳を入れ火にかける。
生クリーム	150cc	②①の中に砂糖を入れ溶かし、水でふやかした
牛乳	150cc	ゼラチンを入れてきれいに混ぜ、弱火にする。
ゼラチン	15g	③②の中にプレーンヨーグルトと泡立てた
水	50cc	生クリームを入れて綺麗に混ぜたら器に流し入れる。
砂糖	80g	④冷蔵庫に入れて固まったらジャムをのせて
ブルーベリージャム	適量	出来上がり！