



令和7年度 5月プメハナ リコこども園

給食職員

新年度が始まり、あっという間に1か月がたちました。花や虫など、身近な自然に興味津々な様子で、先生たちが摘んだ花がらと水を牛乳パックに入れて「凍らせてください!」と、持ってきてくれたり、「虫のごはんください!」と、元気よくとりに来てくれたりと、楽しく遊んでいる姿が給食室からも窺えました。暖かくなり、段々と外で過ごす時間が増えています。麦茶は傷みやすいので麦茶パックはすぐ取り出す、冷蔵保管する、保冷水筒にするなど、対策をしておくとう安心ですね。

## ぷめはなっこ農園の今

新しいクラスになってすぐ、プメハナっこ農園のキャベツがたくさん収穫出来ました。ぴかぴかの帽子をかぶって畑に出発。大きなキャベツを持って帰ってきてくれました。「外の葉はかたくて食べられないからむいてね」と伝えると、一生懸命むきながら、「どこまでむくの?」と、ずっとむいてしまっている姿が可愛らしかったです。中には花が咲いているものもあり、「お花見つけた!!」と、嬉しそうに飾っていましたよ。とれたてキャベツは皆のリクエストで茹でキャベツにして、塩昆布で和えることになり、年長児が中心となってキャベツをちぎってくれました。自分でとってちぎったキャベツは特別だったようで、何度もおかわりしていました。



これがキャベツの花です!

とし先生が畑を耕して新しく野菜を植えてくれています…  
これは何の野菜でしょうか。6月頃に収穫予定です!

## 今月のお楽しみ給食の絵本は…

5月のお楽しみ給食のテーマ絵本は「どんぶりん」と「どんないろがすき」です。“どんぶりん”は様々などんぶりが絵本の中に登場します。給食には何のどんぶりがでてくるのでしょうか。“どんないろがすき”には食べ物が登場しません。作中の何げがどんなおやつに変身するのか、楽しみにしてみてください!



### <厚揚げとひき肉の中華炒め>

#### ●材料●4人分

- ・厚揚げ…200g
- ・豚ひき肉…100g
- ・ピーマン…1個
- ・白ねぎ…5cm分位
- ・玉ねぎ…1/2個
- ・人参…1/4本
- ・おろし生姜…小さじ1
- ・ケチャップ…大さじ2半
- ・しょうゆ…大さじ1
- ・砂糖…小さじ1
- ・中華味の素…小さじ1/2
- ・水溶き片栗粉…適量

#### ●作り方●

- ①厚揚げ、ピーマンは食べやすい大きさに、白ねぎは輪切り、玉ねぎはスライス、人参はいちょう切りにする
- ②油をひいたフライパンにおろししょうが、白ねぎ、豚ひき肉を入れ炒める
- ③肉に火が通ったところでピーマン、人参、玉ねぎを入れ、炒める
- ④野菜に火が通ったら厚揚げ、調味料を入れ、煮込む
- ⑤水溶き片栗粉でとろみをつけて完成



### <旬の食材>

かぶ、ごぼう、そら豆、たけのこ  
甘夏、メロン、あじ、カツオ  
さわら、しらす、茶

