汀幼稚園様

3月のお弁当

		1日(水) とりてり 焼きそば風パスタ ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ	2日(木) マーボー豆腐 ひと口チキンカツ ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ	3日(金) カットバーグ ちくわいそべあげ ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ
6日(月) 白身魚カレー天 親子とじ ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ	7日(火) 酢豚 ひじきオムレツ ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ	8日(水) エビフライ ミートボール ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ	9日(木) とりすきやき カニカマ天 ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ	10日(金) コロッケ 厚揚げと大根うま煮 ごはん サラダまたは温野菜 フルーツ

ぱくぱく通信

令和５年２月28日

エンゼルフーズ福岡

食事には人と人とのつながりを深めたり、心を和ませたりする働きがあります。食事のマナーは昔から伝えられてきたもので、一緒に食べる人にいやな思いをさせないことやきれいに食べるために守ってほしいことです。

食事のあいさつをしよう

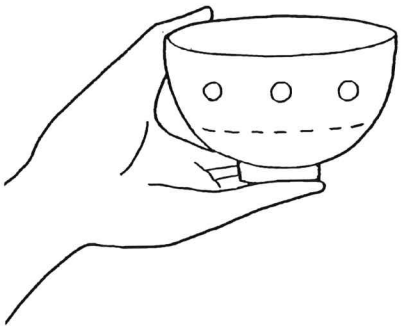
いただきます

食べ物はもともと生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま

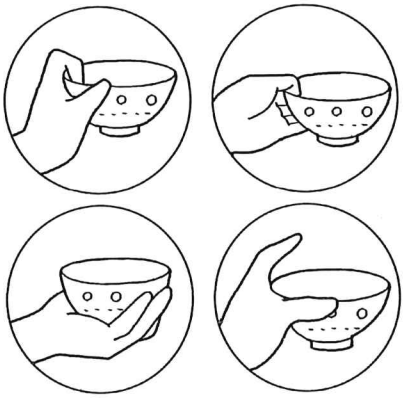
漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

茶わんの持ち方



４本の指の上に糸底をのせて、親指を茶わんのへりにかけて支えます。４本の指をそろえると器が安定します。

こんな持ち方はやめよう



指をへりにひっかけたり、親指を中に入れたりする持ち方は、器が安定しにくく、料理をこぼす原因になります。

音をさせないで

口を開けたままかむと、くちゃくちゃと音がしてしまいます。この音を不快に思う人は多くいます。食べ物は口を閉じてかみ、話をする時は、のみ込んでからにしましょう。

作ってみませんか

さといもフライ

冷凍里芋　８個　小麦粉・パン粉・卵・油　各適量
だし汁　適量　調味料　しょうゆ・みりん・酒　各同割合で適量

1. **鍋に里芋をいれ、かぶるくらいのだし汁と調味料をいれて強火にかける。沸騰したら火を弱め落し蓋をする。冷凍里芋は煮崩れ易いので竹串が刺さる程度で早めに火からおろす。**
2. **里芋の汁気を軽く切ってから少量の小麦粉を絡ませる。あら熱が取れたら溶き卵をくぐらせパン粉をつける。中温の揚げ油できつね色になるまで揚げる。お好みのソースやタレでどうぞ**

下味の濃さはお好みで。薄味にしてウスターソースをかけるのが私のおすすめです。

三寒四温。ときおり暖かかったりまた寒くなったりしながらだんだんと春が近づく様子。実感する天気が続いていますね。

もうすぐ卒園式。弁当箱の回収の際に待ち構えていたように

「全部食べた！」
「ニンジン美味しかったよ！」
「おかわりしたよ！」
「今度はリンゴいれてね！」

元気に声をかけていただいた年長さんともお別れですね。残り少ない幼稚園生活を思いっきり楽しんでください。

ありがとうございました。