

# いただきますーす！！

長く続いた暑さが嘘かのように寒くなり始めました。急激な気温の変化で体調管理が難しくなりますが、しっかり食べて寒さに負けない身体作りをしましょう。

10月に収穫してきてもらったさつまいもは11月の献立でも使用しました。甘くて美味しいさつまいもで、子ども達もたくさん食べてくれました！

## 11月 行事食

### 秋の味覚弁当

- ・栗風おにぎり
- ・鯖の塩焼き
- ・おかか和え
- ・さつまいもの甘煮
- ・みかん

今月は、秋の味覚をたくさん使ってお弁当に詰めてみました！幼児さんには引換券を見せ、先生からお弁当を受け取ってもらい、いつもとは違う雰囲気楽しんでもらいました。



いつもは苦手なものでも、自分で食べている姿を見せてくれました！

また色々な形の給食にも取り組んでいたらと思います！



### さつまいもクッキー (8~10枚)

- さつまいも…20g 皮をむいて茹で、濾しておく
- バター……50g 室温に戻し柔らかくしておく
- 砂糖………20g
- 薄力粉……80g ふるっておく
- 紫芋パウダー…少し
- 黒ごま……少し

1. (A)バターをよく混ぜる。(B)砂糖と薄力粉を混ぜ合わせる。オーブンを180度に予熱する。天板にクッキングシートを敷いておく。
2. (A)と(B)、さつまいもを、さっくりと粉っぽさがなくなるまで混ぜ合わせる。ひとまとまりにしたら、棒状に形を整える。
3. さつまいもパウダーを表面に付け、3~5mm程度の厚さに切る。
4. 黒ごまを中央にのせ、クッキングシートを敷いた天板に並べる。
5. 焼き色が付くまで約15分~様子を見て焼く。
6. 取り出し、しっかりと冷ます。

#### ポイント

- ★サクッとした食感に仕上げたい時は、濾したさつまいもの水分をしっかりとはし、パサパサにしておきます。焼くときはしっかりめに焼き、完全に冷まして下さい。
- ★棒状に形成した後、生地が柔らかく扱いにくい時は、一度冷蔵庫に入れるとやりやすくなります。
- ★焼くと生地が少し大きくなるので間隔を開けて並べて下さい。
- ★焼き時間はオーブンや生地の厚み具合で異なるので様子を見て焼いて下さい。



### ココアトースト (4個分)

- ロールパン…2本 半分に切っておく
- バター………25g 室温に戻しておく
- 砂糖………25g
- 純ココア……4g

1. バターをよく混ぜたところに砂糖、ココアを入れ混ぜ合わせる
2. 切ったパンの断面に1をぬる
3. オーブンまたはトースターで焼く

#### ポイント

- ★園ではココアをじゅわっと溶かすイメージで数分焼いています。お好みで様子を見て焼いて下さい。
- ★乳児でも食べやすいようにロールパンを使用していますが、食パンなどでも代用可能です。

