

おすすめレシピ

☆ガーリックトマトパスタ☆

<子ども2人 大人2人分>

スパゲティ・・・250g
ベーコン・・・75g
たまねぎ・・・150g
にんにく・・・2.5g
サラダ油・・・5g
トマト缶・・・75g
ケチャップ・・・15g
野菜ブイヨン・・・2.5g
塩・・・0.5g



<作り方>

- ① 鍋で湯を沸かし、スパゲティを茹でます。
- ② フライパンにサラダ油を入れ、にんにくを炒めます。
香りがでてきたら、ベーコン、玉ねぎを入れ炒めます。
- ③ 火が通ったら、調味料を入れ炒めます。
- ④ 茹でたスパゲティと具を絡ませます。



世界の料理 「イタリア」

イタリア料理は、素材の味を活かすシンプルな味付けが特徴です。北部は酪農が盛んで乳製品を使った料理が、南部は農業や漁業が盛んでトマトやオリーブ、魚介類を使った色鮮やかな料理が並びます。おやつビスコッティは「2度焼きした」という意味で、カリカリとした香ばしい食感が特徴です。



行事食 「お月見」

1年で一番美しい満月を見ながら秋の収穫に感謝する伝統行事です。給食では、月をイメージしたチーズハンバーグ、おやつは「芋名月」とも呼ばれる十五夜にちなみ、スイートポテトを提供します。今年の中秋の名月は9月25日（金）です。夜空を見上げてみましょう。



色々な夏野菜を触りました！



Q&A

Q 5歳の子どもが、箸をうまく使えません。

A 遊びながら箸の練習を

箸を使えるようになるには、手指が十分に発達している必要があります。スプーンやフォークを鉛筆を持つような手つきで持てるようになったら、箸の練習を始めてみましょう。ただし、箸の持ち方ばかりを気にしていると、食事が苦痛になってしまいます。マシュマロやサイコロ状に切ったパンなど、箸でつかみやすいものを皿から皿へ移動させるなど、楽しみながら練習してみてもいいかもしれません。

