# 給食だより１１月

日に日に涼しくなり、秋も深まってきました。本格的な冬もすぐそこまで迫ってきていますが、子どもたちは毎日元気に外で遊んでいます。しかしこの時期、やはり体調管理には気を付けてあげたいものです。体を温めてくれて、また風邪予防にもなる冬野菜を食べて風邪に負けない元気な体を作っていきましょう。

**１１月の新メニュー**

- 白いマーボー豆腐
- 豆腐の和風ハンバーグ
- 鶏むね肉の白味噌焼き
- 中華風野菜スープ
- 鬼まんじゅう
- ツナマヨコーン蒸しパン

## 七五三

七五三は、男の子は３歳と５歳、女の子は３歳と７歳の年の１１月に、成長と福運を神社で祈願する日本の伝統的な行事です。元気に大きくなってくれたことをみんなでお祝いしてあげたいですね。

園では７日に七五三祝いとして、給食がお祝い献立になっています。またその日に、うさぎ～ぞう組さんは千歳飴を持ち帰ります。ひよこ組、りす組さんは飴の代わりとして、あんぱんまんジュースを持ち帰ります。楽しみにしていてください。

## 簡単クッキーレシピ

【材料】

- ホットケーキミックス　２００ｇ
- バターまたはマーガリン　５０ｇ
- 砂糖　３０ｇ
- 牛乳または豆乳　３０ｇ

【作り方】

※あらかじめオーブンを１８０℃に温めておく。バターを常温にしておく。

① ホットケーキミックスと砂糖を混ぜる。
② ①にバターを混ぜる。
③ ②に牛乳を入れ、ひとまとめにする。
④ 形を作る。（型抜き、ロック）
⑤ オーブンで７～１０分焼く。

※このレシピに、ココアパウダーや砕いたコーンフレークを入れても美味しくできます。アレンジもしやすいレシピです。