

# 給食だより

2024年7月 岡部聖母保育園

保育園の畑に、毎日たくさんのきゅうりやおくら、ナスが実り、こども達も嬉しそうに収穫した野菜を給食室に持ってきてくれます。給食のサラダや汁物等に入れたり、クッキングに使ったり、毎日たっぷりの野菜を美味しく頂いています。

## 「しぞ〜か給食の日」 始まります！！

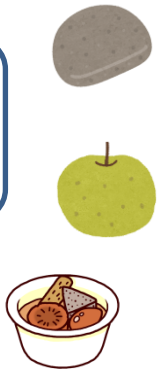
藤枝市ならではの、多くの地元民から愛されている、朝ラーメン(冷やしラーメン)を中心に、本市周辺地域で受け継がれている食文化や生産が盛んな食材を給食で定期的に提供することで、地元の食文化、食環境を子どもたちに伝え、地域への愛着を深めることを目的として行っています。

### しぞ〜か給食の日のメニューの一例

しいたけどんぶり、緑茶クッキー、染飯しゅうまい、志太梨、ちくわのお茶てんぷら、黒はんぺんフライ、さくらご飯、もちり緑茶パン、みかん、静岡おでん、芋切干し、マカロニのあべかわ 等々



岡部聖母保育園では、8 / 7 (水) に朝ラーメンの給食が出ます！  
お楽しみに♪



### 〜朝ラーメンの歴史〜

県内でも有数の茶産地である藤枝では、古くからお茶取引などで早朝から仕事をする人が多く、仕事を終えた茶業関係者などが仕事帰りの腹ごしらえをしようと、朝早くから人気のラーメン店に行列ができ、それを見かねた店主が営業時間を早めて早朝からラーメンを提供するようになったのが起源と言われています。そのお店のラーメンは「朝から食べても胃にもたれない」と評判になり、また2種類の味を楽しもうと温と冷をセットで食べるのが藤枝流となりました。



しぞ〜か給食の日は、月に2〜3回あります。  
提供日には、こちらの看板でお知らせします。



☆保育園の給食を御家庭でも作ってみませんか？☆

### 納豆サラダ

【材料】 子ども2人+大人2人分

・ひきわり納豆	1.5パック
・プロセスチーズ	18g
・ロースハム	2枚
・きゅうり	2/3本
・人参	3.5cm
★酢	小さじ2
★しょうゆ	大さじ1/2
★砂糖	大さじ1/2
★ごま油	小さじ1/2

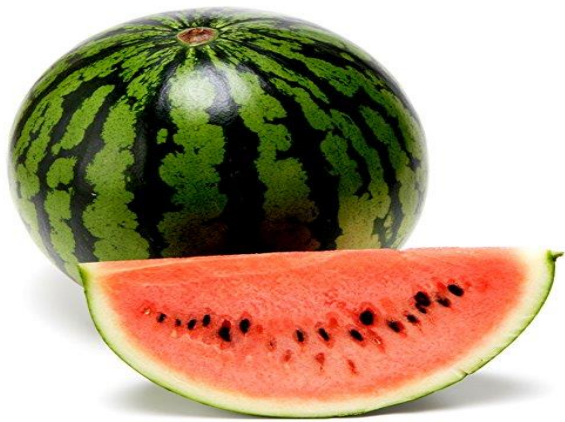
【作り方】

- ① 人参はいちょう切り、きゅうりは輪切り（または半月切り）にし、茹でて水気をきる。
- ② ハム、チーズは1cmほどの角切りにする。
- ③ ★のドレッシングの材料を混ぜ合わせておく。
- ④ 材料すべてをボールに入れ、よく混ぜ合わせたら完成です。



簡単で栄養たっぷり！  
人気のサラダです。

# こんげつは いろいろな すいかを しょうかい するよ。



## おおだますいか

にほんで いちばん うられている  
まあい すいか だよ



## こだますいか

おおだますいか より ちいさくて  
かわが うすくて あまいよ



## きにくすいか

じょうひんで あっさりした あじだよ



## くろかわすいか

かわが くらくて あまいよ



## きかわすいか

かわが きいろくて みが あかいよ



## たねなしすいか

つくるのが むずかしくて いまは  
あまり つくられていないよ



## かんしょうようすいか

あじは おいしくないので みて たのしむ すいか  
だよ! しかく はーと さんかく など おもしろいね