

11月の献立表

Table with 7 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 栄養価. Rows include meals like 御飯 フルーツ, 鶏のから揚げ, 納豆揚げ, etc.

Table with 7 columns: 日/曜, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 栄養価. Rows include meals like 御飯 フルーツ, 鮭の磯辺焼き, 五目野菜のみそ煮, etc.

★人気メニュー★【豆乳プリン】
《材料》・豆乳 300ml ・ゼラチン 6g
・生クリーム 60ml ・砂糖 30g
・トッピング用に、きな粉と黒蜜
《作り方》
①鍋に豆乳と砂糖を入れて火にかける。
かきまぜながら砂糖をしっかりと溶かす。
②周りがふつつつしてきたら、火を止めてゼラチンを振り入れて混ぜ、しっかりと溶かす。
③生クリームを入れて混ぜる。
④器に注ぎ入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
⑤固まったら、きな粉と黒蜜をトッピングして出来上がり。
※食材の仕入れの関係上、メニューが変更になる場合があります。
※3歳未満児のおやつは、年齢に合わせたものを提供しています。
又ル又ル食品
又ル又ル食品が、インフルエンザ予防に役立つ食べ物とされています。納豆、オクラ、モロヘイヤ、ツルムラサキ、サトイモ、ナガイモ、大和イモ、ナメコなど、粘りのある食物
繊維をたくさんとりましょう。