



令和4年 4月



ご入園、ご進級おめでとうございます。  
柔らかな春の陽ざしに心とお季節、新年度になりました。  
旬を感じさせる「給食」の提供と、食に興味がわくような「食育」を取り入れたいと思  
います。お子さまの食についての質問などありましたら、お気軽に声をかけてください。



### ～イースターとは?!～

キリストが復活したことを祝う「復活祭」  
名前の由来は、ゲルマン神話の春の女神  
「Estore」からきているとの説があります。  
うさぎは、多産であることから、豊穰・繁栄の  
シンボルとされています。



### ～いつなの?～

毎年、日にちが定まっていません。  
決められているのは、「春分の日の後の、最初  
の満月の日曜日」ということだけ…  
今年、4月17日の日曜日です!!

イースターエッグペイントやエッグハント、  
春食材を使用し、卵やうさぎをモチーフにした  
料理で、世界で愛される春の祝日を楽しんで  
みてはいかがでしょうか♪



- ☆毎月献立を確認し、園の給食で初めて  
食べる食材がないように、給食提供前  
にはご家庭で食べておいてください。
- ☆基本的な生活リズムを身につけるのに大切  
な役割の朝食を食べて登園してください。  
(子どもが好きな物・食べやすい物でO・K)
- ☆栄養摂取基準量を算出し、年齢の基準量  
で給食を提供していますが、個々の食べら  
れる量に調整をしている場合があります。  
完食せずとも、苦手な物を少しでも食べら  
れたら、ご家庭でもたくさん褒めてください。



### ～ホットケーキ生地～

作りやすい分量	
小麦粉	220g
BP	10g
砂糖	40g
油	20g
牛乳	250g

### ～ドーナツ生地～

作りやすい分量	
小麦粉	210g
BP	10g
砂糖	30g
バター	10g
牛乳	130g

### ☆作り方☆

- ①ボウルに小麦粉・BP・砂糖を入れ泡だて器で混ぜ合わせる。
  - ②油(バター)・牛乳を加えて粉っぽさがなくなるまで混ぜる。  
～ホットケーキ～
  - ③フライパンに分量外の油(バター)をひき、表面がフツフツ  
してきたら裏返しさらに焼く。  
皿に盛り付けて、お好みでメーフルシロップやホイップ等を  
かけて完成!
- ～ドーナツ～
- ③一口サイズに丸めたら、170℃の油でこんがり色づくまで  
揚げる。お好みでグラニュー糖等をまぶして完成!

小麦粉・BP(ベーキングパウダー)・砂糖を混ぜ合わせたミックス粉は、ジッパー袋で密閉して  
冷蔵で1ヵ月は保存可!! 砂糖はお好みで調整して下さい。



