

保育所 きゅうしょく

第126号(令和4年11月発行)

発行元: 福岡市子ども未来局
子育て支援部
指導監査課給食指導係



保育所給食のおすすめ献立を紹介します！
令和4年10月のおすすめ献立はこちら！



おやつ りんごのトースト

子どもたちが好きなイチオシのメニューです。
りんごは一年を通して食べられる果物ですが、秋が旬といわれています。

のみもの スキムミルク

※おやつとともに、水分やカルシウム補給のため、
スキムミルクや牛乳・豆乳・飲むヨーグルトなどを提供しています。

写真は「3歳未満児のおやつ」です

【写真・コメント提供】姪浜保育所

りんごのトースト

■ 材料 大人2名、幼児(3歳児)1名分

食品名	使用量	目安
食パン(8枚切り)	4枚	
マーガリン	20g	小さじ5
りんご	240g	小サイズ1玉
砂糖	25g	大さじ3弱

■ 下処理

食品名	手順
りんご	皮をむきいちょう切りにし、 塩水を通す。

■ つくり方

- (1) りんごは砂糖を加え、弱火で煮込む。
- (2) 食パンを切り分けマーガリンを塗り、
(1)をはさんで焼く。



調理のコツ・ポイント

りんごを小さく切って、よく煮込むとジャムのように柔らかくなって食べやすいです。
パンをよく焼くとサクツとして美味しいです。サクツとろつとした食感を楽しめます。

