

子どもたちに人気の 20 献立 & 10 おやつ レシピを紹介

給食がおいしい/と評判の
保育園・幼稚園の人気メニュー

今日も完食!
らくらくレシピ

WILLこども知育研究所 編著

大好キ
おいしい
おいしい

食料バランス
GOOD!

時短料理の
コツが
いっぱい!

子どもたちに人気の
20 献立 & 10 おやつ
レシピを紹介

完食するための
アドバイスが
たっぷり!

給食がおいしい/と評判の
保育園・幼稚園の人気メニュー

今日も完食! らくらくレシピ

WILLこども知育研究所 編著

▼こちらからご購入できます。



▲金の星社 HP



▲Amazon



▲楽天ブックス

B5変型判 96ページ ソフトカバー
定価(本体1,600円+税)
ISBN978-4-323-07565-5
C2077 NDC599

【内容紹介】(約100字)

シリーズ第二弾! 給食の評価が高い保育園・幼稚園のメニューから、子どもに人気があり、バランスが取れた栄養満点の簡単レシピを1食分の献立にまとめました。偏食・少食・遊び食べといった子どもの食の悩みを解決!

食育の大切さを伝える食育レシピ

霞ヶ丘幼稚園の給食

食欲アップにつながるポイント

- 1 味を揃えているから
- 2 分量について
- 3 盛り付けのポイント

新食育の大切さを伝える献立!

かつおと野菜の揚げ煮

野菜の揚げ煮やから

かつおと野菜の揚げ煮

簡単ごし

かつおと野菜の揚げ煮

POINT

- 栄養バランスを考えたこだわりの園レシピが家庭でも簡単に真似できる!
- レシピ時短の工夫も掲載!
- 子どもの完食につながるアドバイス付き

●この本について

おいしい給食を出している6つの保育園・幼稚園の人気レシピを紹介!

それぞれの献立で使っている食材の栄養的働きを、赤、黄、緑の3つに分けて表示しています。

人気レシピ 3 ジャージャーめん

甘じょっぱい味が食欲をそそる!

さつまいもハニー

ジャージャーめん

活潑せやう

ジャージャーめん

調理のポイント

- めんをうどんにかえてもおいしいです。
- 水溶き片栗粉を作るときには、片栗粉1に対して水2の割合で溶くと、ほどよいとろみがつきます。

アドバイス

ジャージャーめんなどのめん料理は人気です。園ではほかに、ミートソースパゲティが定番の人気メニュー! めんに具材をかけるメニューは、たくさん野菜を入れて調理するといいですよ!

料理をおいしくする工夫やアレンジのアイデア、時短の工夫も満載。アレルギー対応もバッチリ!