

## 親子レストラン

**目的** 子育ての悩みで一番多いのが食の悩み。親子で給食を食べることで日々の味付け、盛り付けの参考にしたり、安心安全な食材で、バランスのとれた美味しい給食を食べ、親子がホッと、楽しい子育てにつながっていかれるようにする。  
また、地域の親子の出会いの場として、さらに子育ての仲間が広がっていくことを目的とする。

**場所** 地域子育て支援センターあおぞら

**開催日** 毎週木曜日

**時間** 11:30~12:30

**内容** 保育園の給食を試食提供

**対象** どなたでも利用できます

**食数** 1日6食（保育園3歳児食量です）

**料金** 300円

<提供までの流れ>

- ・あおぞら通信に開催日を記載します。
- ・食物アレルギーの方は、毎月の献立表を確認して保護者の判断でお申し込みください。
- ・地域子育て支援センターあおぞらにて、日付入りの食券を購入してください。ご希望の食数をお申込みください。電話での予約はできません。
- ・キャンセルは前日までにご連絡ください。別日に振替られます。
- ・当日は11:30までに地域子育て支援センターあおぞらへお越しください。
- ・配膳は職員が行います。12:30までに下膳をお願いします。
- ・当日予約に空きがある場合は、当日支払で参加できます。

※感染症の拡大を防ぐため、園の都合等により、提供を中止することがあります。申込済の方にはその際にご連絡いたします。ご了承ください。

### <2020年度親子レストラン年間予定>

4月	2・9・16・23・30日	10月	1・8・15・22・29日
5月	7・14・21・28日	11月	5・12・19・26日
6月	4・11・18・25日	12月	3・10・17・24日
7月	2・9・16・30日	1月	7・14・21・28日
8月	6・13・20・27日	2月	4・18・25日
9月	3・10・17・24日	3月	4・11・18・25日

# 親子レストラン通信



NO.27

2020.6

## お知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、金沢区こども家庭支援課より「金沢区子育てひろば私立常設園」の事業を当面、全面休止との通達がありました。それに則り、親子レストランの開催も当面の間、休止とさせていただきます。ご了承ください。

再開にあたってはホームページと園の掲示板にてお知らせします。

## 地図

☆親子レストランお問い合わせ☆

あおぞら谷津保育園  
地域子育て支援センターあおぞら  
(金沢区子育てひろば私立常設園)  
専用電話：045-784-0542  
(受付時間 月～金曜日 9:30～15:00)  
地域子育て支援センターホームページ  
<http://yatsu82.com>



親子レストランの空き状況や育児講座の年間スケジュールが見られます！是非ご利用ください♪

# 旬レシピ♪



## グラタン

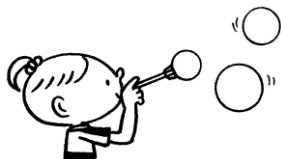
材料（大人2人・子ども2人分）

じゃがいも	2個（180g）
ベーコン	90g
玉ねぎ	1/2個（90g）
薄力粉	大さじ2強（21g）
サラダ油	大さじ1強（18g）
牛乳	焼く1カップ（180ml）
鶏ガラの素	小さじ1/2（1.8g）
ピザ用チーズ	お好みで！

新じゃがはきれいに洗って皮ごと使用できます♪

### 作り方

1. 玉ねぎはスライスし、じゃが芋、ベーコンは食べやすい大きさに切る。
2. フライパンに分量の油を入れ、弱火にし、薄力粉を入れてサラサラとするまで混ぜる。
3. 別の鍋でベーコンを炒め、玉ねぎ、じゃが芋を炒める。
4. 牛乳を加えて、沸騰しないように煮る。
5. 鶏ガラスープの素を加えて味をつける。
6. 野菜に火が通ったら、1を加えてとろみをつける。
7. 耐熱容器に5を流し入れ、チーズを散らす。
8. 180℃に予熱したオーブンに入れ、チーズが溶けるまで加熱したら出来上がり！



## ゴロゴロサラダ

材料（大人2人・子ども2人分）

トマト	中1個
きゅうり	1.5本
コーン	30g
プロセスチーズ	30g
マヨネーズ	大さじ2

### 作り方

1. 材料を全てサイコロサイズに切りそろえる
2. きゅうりは軽く塩をして水気を切る
3. マヨネーズで合えたら出来上がり！

# おやつレシピ♪



## さくさくクッキー

材料（大人2人・子ども2人）

薄力粉	110g
ベーキングパウダー	1.2g
サラダ油	大さじ強（38g）
豆乳	大さじ1強（16ml）
砂糖	大さじ5弱（43g）

### 作り方

1. ボールに、上記の材料全てを入れ入れてかき混ぜ、生地を作る。
2. 鉄板にクッキングシートを敷き、形を整えながら並べる。
3. 170℃に予熱をかけたオーブンで、12～15分加熱をすれば出来上がり！

材料をすべて袋に入れて、子どもと一緒にクッキングできますよ♪