

# ぎょうれつのできるレストラン スイートポテト

秋が旬のおいしいさつまいもが出てくる絵本です。さくら組はスイートポテトはさつまいもから出来ていることが分かり、きく組・ふじ組はスイートポテトの作り方を知ることができました。

少し長いお話でしたが、場面が変わるごとに子どもたちは夢中になって聞いてきました♪



紫いもを皮の器に見立てました。



お話の中のスイートポテトができあがった場面でタイミングよくおかわり分が運ばれてきました。すると子どもたちは「わぁ！」と歓声をあげ、まるでお話の中に入り込んでいたような喜び方をしました♪

## 紹介メニュー



今月はふじ組の保護者の紹介メニューでした。これから寒くなる季節にぴったりのメニューです♪

### ●具だくさん豚汁

材料(子ども1人分)：豚肉10g、油揚げ5g、人参5g、大根10g、白菜10g、玉ねぎ10g、ねぎ5g  
(その他にも、さつまいもやごぼう、こんにゃくなどを入れてもおいしくできます♪) だし汁80cc、みそ3g

- 作り方：1. 材料を食べやすい大きさに切ります。  
2. 鍋に油(分量外)を熱し、豚肉、火の通りが遅い野菜から入れて炒めます。  
3. 全体を炒めたら、油揚げ、だし汁を入れて煮込みます。  
4. 具材が柔らかくなるまで煮たら、みそを溶いてできあがりです。



## だいすきメニュー



食欲の秋。今月も子どもたちは、給食もおやつもよく食べました♪今月のだいすきメニューは、絵本に出てきた「スイートポテト」です。

### ●スイートポテト

材料(さつまいも1本分量)：さつまいも 中 1本、卵1個、バター30g、砂糖15g、生クリーム 大さじ1、牛乳 適量

- 作り方：1. さつまいもの皮をむき、ふかして潰します。熱いうちに砂糖とバターを入れてよく混ぜます。  
2. 1の粗熱が取れたら、卵と生クリーム、牛乳を入れ、しっとりなめらかになるまでよく混ぜます。  
3. 180℃のオーブンで15～20分焼いてできあがりです。

※生クリームの代わりに牛乳を多めに入れてもおいしくできます♪