

令和3年度入園式

こども園の入園式が4月2日に行われました。
4月1日現在の園児数は133人です。

4歳1組



4歳2組



5歳1組



5歳2組



おいしく、楽しく!減塩&野菜を食べよう!
めざせ! 健康な平田村

今回は彩りきれいな春らしいサンドイッチです。旬のスナップエンドウを使い、シャキシャキの食感が楽しい一品です。ぜひお試しください。

調理時間
約20分



今月のmenu

スナップエンドウとたまごのサンドイッチ

材料 (4人分)

食パン (8枚切り) …… 1斤
マヨネーズ …… 小さじ8
マスタード …… 小さじ2
スナップエンドウ …… 20本
卵 …… 4個
ベーコン …… 4枚
牛乳 …… 大さじ5
はちみつ …… 大さじ1
塩こしょう …… 適量
バター …… 15g

作り方

- ①スナップエンドウは両側の筋を取る。たっぷりの熱湯に分量外の塩を加えてスナップエンドウを入れ、茹でざるに上げる。
- ②ベーコンをみじん切りにし、溶いた卵に加える。
- ③②に牛乳、はちみつ、塩こしょうを入れてしっかり混ぜる。
- ④フライパンにバターを入れ、強火にかける。③を流し入れ、火が通り周りが固まってきたら、一気にかき混ぜて半熟の状態まで火を止める。
- ⑤食パンの内側に、マヨネーズとマスタードをぬる。
- ⑥⑤にスナップエンドウを並べ、④のをせ、もう1枚の食パンをかぶせたら、ラップできつく巻き10分くらい休ませる。
- ⑦ラップをはずし、4等分に切って器に盛り付けたら完成。

1人分の栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	526kcal	18.5g	28.2g	49.8g	2.1g

今月の表紙

村内の桜の写真です。この日はそよ風が吹き、澄み渡る青空が広がる穏やかな日和でした。皆さんはたくさんの春を見つけることができましたか。

編集後記

今年度4月より広報ひらたの編集担当になりました。皆さんの笑顔にたくさん出会い、広報ひらたを通して平田村の今をお届けしたいです。

