



**子ども宅食えびの 田の神さあの贈りもの**

こども宅食ご利用の皆さまへ

「こども宅食えびの」は様々な理由により生活にゆとりがない子育て中のご家庭を支援します。この趣旨に賛同していただいた市内に住む農家の皆さまより企業様より、今回もたくさんのお食料を寄贈していただきました。どうぞ、おいくにお返しをのぞき下さい。 令和3年8月26日

**毎月の食料提供 豚肉いもこ餅の紹介**

いもこ餅は、豚の健康と成長を優先し、水は新鮮な九州山崎からの伏流水と、飼料にはミネラル、ヨード分を豊富に含む海苔の他、食料廃棄削減のためのエコフィールド（パン粉、焼酎粕など）を利用した自社オリジナル配合飼料を新鮮に供給されています。

県内産の飼料用米と市内の明石造酒の酒粕等を組み合わせ、地産地消をテーマとする地域活性化や地域貢献にも積極的に取り組まれています。

『健康で美味しい肉づくり』と『より安全・よりおいしく』を掲げるために、愛情と情熱を注いで飼育されたおいしいお肉です！

ぜひ、味わってご賞味ください！  
豚肉は夏バテの味方！

お子さんと一緒に作って下さい！

**子どもが喜ぶ ウインナー音響きおにぎり**

材料（2個分）  
ウインナー 2本  
ごはん 赤飯（1杯くら）  
ケチャップ 大さじ1  
塩コショウ お好みで  
おにぎり用焼き油 2枚  
スライスチーズ 1枚

作り方  
① ウインナーをレンジで20～30秒加熱。  
② ご飯にケチャップを入れ、混ぜる。（この時、お好みで塩コショウ）  
③ スライスチーズを半分に切り、焼き海苔の上に、ケチャップごはんチーズ、ウインナーをのせる。  
④ 手前からグルグル巻いてできあがり！  
ピーマンやにんじんなど細かく刻んで炒めた野菜をご飯に入れても、野菜の栄養もとれます！

夏休み、コロナで外出もできず、子どもたちにとってはかわいそうな夏休みだったかもしれません。元気で過ごせることが何よりかと思えます。

9月に入るとスポーツの秋です！楽しみな運動会、体育祭に向けて、子どもたちの体力づくりをしつかりサポートしてあげましょうね！  
次回は9月30日（木）です。お楽しみに！

QRコード

お問い合わせ：  
えびの市社会福祉協議会  
えびの市大学 〒677-7  
TEL: 0984-35-2800  
mail: https://takuahoku.ebino.com/

ぜひ、明日の食事に！

**ピーマンを、もっと子どもに食べさせよう！**  
ピーマンきらい克服  
子どもが喜ぶ ☆ミートボール☆

材料（2～3人分）  
牛-豚合挽きミンチ 200g  
ピーマン(おじん切り) 4個  
玉ねぎ(おじん切り) 1/4玉  
塩・コショウ 少々  
マヨネーズ(お好みで) 大さじ1  
小麦粉 大さじ2  
合わせ調味料(お好みで)  
ケチャップ 大さじ2  
お好み焼きソース 大さじ1  
牛乳 大さじ1

1 ピーマン、玉ねぎ細かくおじん切り。  
2 ハンバーグを作る要領でピーマン・玉ねぎをしゃもじするまで炒め、冷ましておく。  
3 2とミンチ・マヨネーズ、塩・コショウを混ぜ合わせる。  
4 一口大の大きさに丸め、小麦粉をまこして振る。  
5 フライパンに油を熱し、4を転がすように焼く。  
6 中まで火が通ったら合わせ調味料をまわし入れ、全体にからめたら出来上がり！

美味しい料理がでたら、ぜひ、お子さんをお誘いして、一緒に食べてください！



8月



子ども宅食えびの / 田の神さあの贈りもの

TANOKANSA NO OKURIMONO