みつめよう‼ 子どもと食事

2026 年　3 月号

寒さの中にも少しずつ春の気配を感じられる季節となりました。子どもたちは一日一日を大切にしながら、次のステップへ向けて準備をしています。

２０２５年度のすみれ組さん人気№１メニューは『マカロニグラタン』でした。みんな大好きマカロニグラタンのレシピを紹介するのでお家でも作ってみてくださいね。

友愛のマカロニグラタン

【材料】４人分

・ベーコン	１３０ｇ	・バター	３０ｇ
・にんにく	適量	・小麦粉	５０ｇ
・人参	８０ｇ	・牛乳	３００ｃｃ
・玉ねぎ	２５０ｇ	・塩	２ｇ
・マカロニ	１００ｇ	・こしょう	適量
・ミックスチーズ	１００ｇ	・コンソメ	３ｇ
		・油	適量

【作り方】

① マカロニを茹でる。
② 鍋に油をひき、にんにく、人参、ベーコン、玉ねぎの順番に炒め、塩こしょうをする。
③ 火が通ったらバターを入れて溶かし、小麦粉を入れ焦げないようによく炒める。
④ 牛乳を少しずつ入れて混ぜ、コンソメで味を整える。
⑤ 茹でたマカロニを耐熱皿に入れ④をかける。ミックスチーズをのせてオーブンもしくは、オーブントースターで焼く。