



もぐもぐだより7月

10日 あさがおカレー

ひまわり組、ばら組は、すっかり慣れた様子で、楽しくあさがおのトッピングをしていました。部屋に子ども達の作ったあさがおが貼ってあるばら組、「この前作ったのと同じだね」と、喜んでいました。



12日 ひまわり組 ジャがいも堀り

「ジャがいもいっぱいだよー」という子ども達の声に、収穫したジャがいもを見に行きビックリ!!大きくて、たくさんのジャがいもが、ごろごろ並んでいました。4月から水やりや草取りなど、がんばったおかげですね。



小さいジャがいも見逃さず、土の中から掘りおこしていました。あっ、こっちにもあるよ!



収穫したジャがいもを使ってレッツクッキング♪

<こんなにたくさんのジャがいもが採れました!>

メークイン
125個
9.7kg



男爵
106個
9.4kg



18日 サマーパーティーでの夏野菜豚汁作り



<つぼみ組>ほうれん草ちぎり



たくさん手に取り一度にビリッ、1枚の葉を少しずつビリビリ、いろいろなちぎり方をしていました。

<すみれ組>しめじさき



大きいしめじと小さいしめじを見て、「あかちゃんしめじは、お母さんと一緒」と、かわいい声も聞こえてきました。

<さくら組>こんにゃくちぎり



ちゅるんと飛んでいきそうなこんにゃくをにぎり、上手に指先を使って小さくちぎることができました。

<ばら組>大根型抜き



型抜きを使って簡単に抜けるのが楽しく、クマや花の型で大根をすき間なくどんどん抜いていました。

<ひまわり組>野菜切り・たまねぎの皮むき



この日を楽しみにしていたひまわり組、「ぼくやりたい!」「私やりたい!」と、みんなとても積極的でした。左手は猫の手、の約束もしっかり守って切っていました。



ホールの会食では、「お汁おかわり!」の声がたくさん聞こえてきました。副菜の『のり酢あえ』は、子ども達にとっても人気のあるメニューです。今回レシピを掲載しています。ご家庭での献立の参考にさせていただけると嬉しいです。

<子どもたちに人気のレシピ>
酢を使っているのだからさっぱりしていて、暑い時期にぴったりです。

のり酢和え

<材料> 作りやすい量 (子ども6人分)

- ・ほうれん草 1/2束
 - ・もやし 1袋
 - ・人参 1/5本
 - ・キャベツ 3枚
 - ・ツナ缶小 2/3缶
- A
- ・さとう 小さじ2/3 (2g)
 - ・酢 小さじ1強 (2g)
 - ・しょうゆ 大さじ1 (18g)
 - ・きざみのり 3g

(なければ、焼きのりを細かくちぎる)

<作り方>

- ① ほうれん草は1センチ幅、人参は千切り、キャベツは一口大に切る。ツナは、缶汁をきる。
 - ② 沸騰したお湯で人参を茹で、やわらかくなったら他の野菜も入れ茹でる。
 - ③ 野菜が茹であがったらザルにあげ、水で冷やす。
 - ④ ボールに③をしぼって入れ、ツナ缶、Aと一緒によく混ぜる。
- ※野菜の量や種類、調味料は、お好みで調整してください。

今後、もぐもぐだよりで人気のレシピを紹介していきたいと思えます。お楽しみに!

