



発行 9

平成28年4月4日

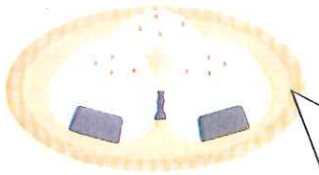
4月、新生活のスタートです！

4月。進級園児は担当保育士や教室が変わり、新入園児は生活そのものが変わる時期です。

そんな中、どうしても忙しくなってしまうのが朝の登園時間。生活リズムが整わず、髪が乱れていたり、口元に食べかすが付いたまま登園する園児を見かけます。

準備が整わずに登園すると、園児の心がなかなか落ち着かず、集団生活に入るのが大変です。

まずは、朝ご飯をしっかりと食べる事。身づくろいを整えて登る事。慣れない環境の中、一生懸命頑張っている園児達です。ご家庭での心強い後押しをよろしくお願いします！



今回のレシピは、今話題の「おにぎらず」。握らないからおにぎらずだそうです。いろいろな具材が入られるので、朝食にいかがでしょうか？



話題の「おにぎらず」

材料 (2個)

ご飯150g スライスチーズ2枚 きゅうり1/2本
レタス3枚 かにかま6本 のり2枚

作り方

- ①正方形ののりの真ん中に、ひし形になるようご飯を半分のせる。
- ②ご飯の上に、レタス、かに、スライスしたきゅうり、スライスチーズの順このせてゆき、最後にのりで包む。
- ③ラップでくるみ、しばらくねかせて海苔をなじませる。
- ④海苔がしっとりしたら、長方形になるように真ん中を包丁で切る。
- ⑤切り口を上にして皿に盛り付けたら完成。

☆おにぎらずの良い所は、切り口が美しいのと、いろいろな具材を数種類入れられること。基本の卵やツナもおいしいですが、夕食に残ったカツやから揚げを、レタスと一緒にはさんでもおいしいですよ！

くまさんになると



配膳がはじまります。

先生がよそって配膳台にならべます。

マスクをつけてお当番さんがよそいます。



順番に並んで給食を取りにいきます。

みんなマスクをつけて並びます。



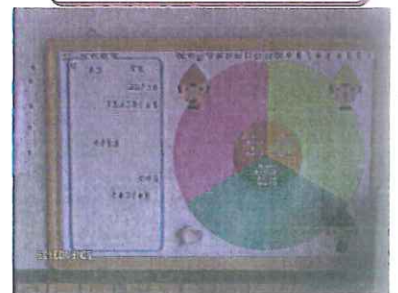
先生にトレーのせてもらい運びます。しっかり持って上手！

きりんさんになると



トレーに自分でのせて運びます。お茶も自分で入れています。

ぞうさんになると



ぞうぐみさんになると食育ボードがはじまります。いつも食べている給食にどんな栄養素が含まれているのか楽しみながら考えます。

