



発行回
平成28年5月1日

生活リズムチェック表、始まります！

5月9日から13日までの5日間、生活リズムチェック習慣がスタートします。

満1歳以上の園児が対象で、配布されたチェック表の「朝早起きできたか、朝ご飯が食べられたか、一日のどこかで排便があったか、夜早く眠れたか」の4点をチェックし、シールを貼ってもらって園に提出して頂きます。

集計結果は後日発表し、1番頑張ったクラスには「好きな給食リクエスト権」をご褒美にもらえます。

4月から新しい生活がスタートし、ちょうど落ち着いてきた5月。生活リズムチェック表を良い機会に、家での生活リズムを見直してみるのも良いかもしれません。

園児たちは毎年、「好きな給食リクエスト権」をもらえるのと、とても盛り上がります。ぜひ、保護者の方からも熱い応援とご助力をお願いします！



生活リズムチェック表は、年度末にももう一回行います。チェック表は裏表使いますので、必ずと移出して下さい。

園児に人気のレバー料理



レバーのケチャップ揚げ

材料 (4人分)

豚レバー300g (※1 しょうが汁・しょうゆ小さじ2)
片栗粉大さじ4 (※2 おろしにんにく1かけ・カレー粉少々)
ケチャップ大さじ2・中濃ソース、砂糖、酢各小さじ2
ごま油小さじ1)
レタス4枚 トマト1個

作り方

- ①レバーは3cm大に切り、塩水で洗って水気を切る。
 - ②①を※1の調味料でからめ、片栗粉をまぶす。
 - ③フライパンで油を170度ぐらいに温め、②を揚げる。
 - ④※2をボウルで混ぜておき、③の揚げたてを入れ、からめる。
 - ⑤更に盛り付け、レタスやトマトを飾って出来上がり。
- ★保育園では、鶏レバーの味噌煮や、レバーのソース煮などのレバーメニューがありますが、1番人気はダントツでケチャップ揚げです。保護者の方々からもレシピの要望があったので、今回載せてみました。

☆4月のクッキングの様子☆

よもぎ団子作り



くまぐみ☆初めてのクッキング。エプロンを着てわくわくしています。みんなで食べるとおいしいね♡



きりんぐみ☆上手に丸められるようになりました。みんな真剣な表情です。



ぞうぐみ☆ぞうぐみだけ自分たちで茹でました。お鍋に入れる時は、みんなドキドキ！