

# たべもの通信

平成25年8月  
発心保育園

立秋を過ぎても猛暑日が続く毎日、畑の野菜たちも悲鳴をあげているようです。  
時々夕立がきてくれればと思います。  
暑さで食欲の出ない時期おすすめの食品は、ビタミンB群がたくさん含まれている豚肉！  
そして、夏野菜！ビタミンがたっぷり含まれています。  
しっかり食べて元気に残りの夏をのりこえましょう。



## 大豆から味噌づくりまで

卒園するひまわり組のために、毎年4歳児が味噌を作り、プレゼントしてきました。  
今年は、自分たちで育てた大豆で味噌づくりしようと種まきをしました。



1週間で芽が出てどんどん成長しています。

## 夏の風物詩

暑い日にはやっぱりこれですよ！



「まだ～ こ～ん」  
「はやくながしてー！」

## そーめん流し



今年もそーめん流しをやりました。  
そーめんに混ぜって、きゅうりやトマトが流れてきたりと、楽しく食べました。

## クッキング(おやつづくり)

クッキング大好き4歳児(ゆい組)がおやつ作りに挑戦！



卵割り、粉ふるい上手に出来ました。

## ホットケーキ



「そーとながしてね！」



うまく返せるかな…みんなが見ると緊張