

食べもの通信

平成27年12月
発心保育園

12月は、ごちそうを食べる機会が増え、肉料理や魚料理が多くなりがちです。この時期の根菜類や緑黄色野菜は甘くてやわらかくておいしく、身体を温めてくれるのが多いので寒さや風邪に負けない体力をつけるために積極的に食べましょう。

はたけ
はたけ



畑の野菜も寒さに負けずに成長しています。
白菜とキャベツが巻き始めています。
ブロッコリーは少しずつ収穫して食べています。

じいちゃんおばあちゃんがんぼって～！

今年も祖父母の皆様のをかりて18日にもちつきをしました。
多くの方に来ていただき無事つくことが出来ました。ありがとうございました。



べったん
べったん



只今 鏡餅の作成中！

いつもながら見事なお鏡さんができました



おじいちゃんおばあちゃんと息もぴたり
みんなの声援が後押し・・・力がはいります



おばあちゃんのご指導のもと餅丸め

人気メニュー紹介！

クリスマスお楽しみ会の際の給食の付け合わせに
合わせに出していたレタス！覚えていますか？
沢山頂いた時に子ども達に提供して大好評です。

【材料】

レタスやサニーレタス等	1玉
ニンニク(みじん切り)	2片
油	大2
醤油	大2

【作り方】

大2の油で中火でニンニクをこんがり焼き色がつくまで炒めます。
炒めたら醤油を入れてぶくぶくと泡立ったらソースの出来上がり
熱々をレタスにかけ混ぜ合わせて出来上がりです。子ども達も沢山お代わりをして食べています是非ご家庭で作ってみてください。
思いのほかたくさんレタスが食べれます。

大根の漬物準備



発心名物の大根の漬物！
この頃は、包丁使いが上手になった年長児が切って一枚一枚丁寧に並べて干してくれています。