



令和6年7月

東戸塚らびっと保育園

まだまだ、雨の日が続きますが、子どもたちは変わらず元気に過ごしています。  
夢中に遊んでいると汗だくなることもあるので、水分補給に気を付けていきます。  
ご家庭でも水分補給をお願いします。



### 家族一緒に食卓を囲みましょう。

毎日の食事、すべて手作りの料理にする必要はありません。市販品などを取り入れるのもよいでしょう。大切なのは、家族が揃って食卓を囲み一緒に時間を過ごす事です。忙しい毎日ですが、楽しい食事の時間を過ごせると良いですね。



### ケーキサレ

A 薄力粉 100g  
砂糖 12g  
塩 0.4g  
ベーキングパウダー4.8g

B 牛乳 100g  
粉チーズ 12g  
じゃが芋 12g  
赤ピーマン 8g  
黄ピーマン 8g

(作り方)

Aをふるって混ぜる。

Aの中にBを混ぜる。

170℃のオーブンで30分~40分焼く。

竹串でさして火が通っている事を確認する。

ケーキサレとは、フランス語で塩味のケーキという意味です。具は、人参、玉ねぎ、コーン、ウィンナーなど好きな具を使ってくださいね。

# 6月の食育活動の様子



にじ組は、野菜をちぎる食育を行いました。  
ちぎっている子を見て、初めは怖がっていた子もまねをして、ちぎりだしていました。  
小さくちぎったり、大きくちぎったりして楽しんでいました。  
ちぎった野菜をトレーにのせて、かたづけのお手伝いをしてくれました。



そら組は、きぬさやのすじをとる食育をしました。  
きぬさやのすじの取り方と今日の給食に使う事を説明すると「やってみる！」と元気に言っていました。初めは、なかなか上手にとることができませんでしたが、段々と上手に取ることができて「取れたよ」「出来た！」と見せてくれました。  
お手伝いをした「きぬさや」は給食の時に、マヨドレを添えて食べました。  
自分でお手伝いをした「きぬさや」は格別だったのか、残す子も少なく美味しそうに食べていました。

