

ジメジメとした日が続いています。毎日暑い日が続いていますので、水分補給・塩分補給をこまめにとるよう心掛けましょう。食欲が落ちる時期ですが、たくさん食べてもらえるように献立や調理法を工夫していきますね。



### おにぎり



午後のおやつがおにぎりの日は、ぺんぎん組、ぱんだ組、きりん組は自分でおにぎりを作っています。ご飯をラップに乗せて、丸める作業をしています。どろんこや、粘土遊びの延長で、思い思いのおにぎりを楽しんで作っています。



### 大事に育てた野菜を・・・

園では子どもたちが様々な野菜を育てています。収穫した野菜はお昼や午後のおやつに出しています。

二十日大根、きゅうりは、おかか和えやゆかり和えに、オクラは、すまし汁や和え物の中に入れました。

野菜の成長の様子を見ながら、食の恵みをたくさん感じています。



### 8月メニュー

### マシュマロコーンフレーク

#### 材料・5人分

- ・コーンフレーク (プレーン)・・・100g
- ・マシュマロ・・・80g
- ・油または、バター・・・30g
- ・ドライフルーツ (お好みで)

#### 作り方

- ① 鍋に油、マシュマロを入れ弱火で、完全に溶けるまで焦がさないよう混ぜる。
- ② コーンフレークを粗目に砕く。
- ③ ①に②、ドライフルーツを入れ木べらなどで素早く混ぜる。
- ④ バットなどに③が熱いうちに、のして粗熱が取れたら冷蔵庫で1時間くらい冷まします。
- ⑤ スティック状にカットして完成

