

# ぐんぐん



幼保連携型認定こども園

令和6年3月号 中山保育園



少しずつ寒さが和らぎ、春の気配が感じられるようになりました。今年度も残り1カ月となりました。今月はひなまつりに始まり、卒園式、お別れ会など行事がたくさんあります。1年の締めくくりの楽しいクッキング活動もあります。お楽しみに！

## ぺんぎん組クッキングより 「ホットケーキミックスで作る簡単クッキー」



ぺんぎん組さんがクッキングでホットケーキミックスで作る簡単クッキーを作りました。材料をジッパー付きの袋に入れて手でもみもみ、テーブルの上でどンドン叩いて混ぜ、最後に先生が仕上げにこねて生地を完成させました。ひとりずつ生地を手で形にし、カラフルシュガーをトッピングしてかわいいクッキーが出来ていました。

3つの材料で簡単に出来るので粘土あそびの延長のようにお家でもぜひ試してみてください。

### 【材料 15枚分】

- ・ホットケーキミックス 150g
- ・砂糖 40g
- ・サラダ油 46g

- ① 材料をボウルまたはジッパー付きの袋に入れて混ぜる。
- ② 生地がまとまったら15等分して手で丸く成型する。
- ③ 170℃に予熱したオーブンで10分焼く。



## ひなまつり献立



おやつはひしもち風ケーキでした

鯉ごはんの上に梅型に抜いた人参をのせ、おかずは豆腐しゅうまいと春を感じる菜の花の和えものでした。菜の花和えは独特の苦みに苦戦する子もいましたがお花のご飯は喜んでくれました。

## 今月の食材「菜の花」



春の訪れを告げる野菜です。菜の花などのつぼみと花茎を「なばな」といいます。独特のほろ苦さを生やおひたしで味わうことが多いですが、豚肉やベーコン、ごま油など香りの強いものと一緒に炒めると相性がよくおいしいです。ビタミンCの含有量は野菜の中でもトップクラスなのでまだまだ感染症が流行っているこの時期、免疫力を高めるためにも食卓に取り入れてみるといいですね。給食では小松菜と一緒にひたしにしましたが独特の苦みにおかわりは進まなかったです。これからも季節の味を感じる大切さは伝えていきたいです。

## 新年度に向けて

箸入れや箸、コップ、お手拭きなど新年度に向けて壊れやお名前が消えていないか等、確認をお願いします。

