

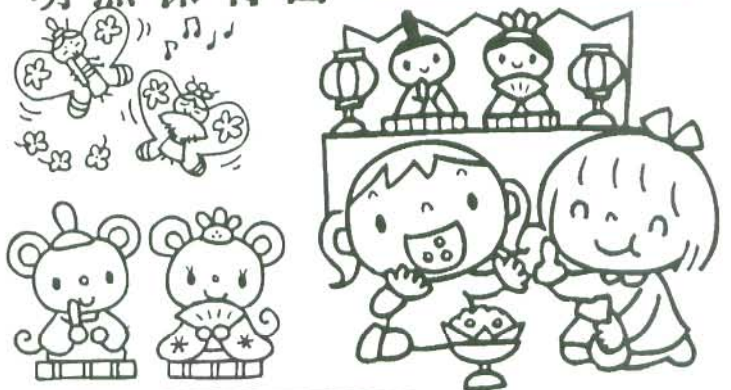
パクパクだより

2008年 3月

明照保育園

いよいよ今年度最後のパクパクだよりとなりました。まだ寒い日が続きますが、時折感じる暖かい日差しや、草木の匂いを感じるたびに春の訪れを実感でき、何だかうれしい気持ちになってきます。

年長さんは、保育園の給食を食べる機会も残りわずかとなりますね。お子さんが大好きな献立は何でしょうか？ぜひ、ご家庭でも作ってあげてください。作り方が分からなかったら、保育園の調理員さんに聞いてみるのもいいですね。美味しい食事を通して、親子の絆が深まることを期待しています。



楽しい食事が子どもを育てる

子どもにとっての「食」は、単なる空腹を満たすものではありません。パクパクだよりを通して、「食」は豊かな人間関係作りや、古来から受け継がれる文化の継承、命についてなど、人が生きていくために必要な知識、精神を育む、非常に大切な要素であることを伝え続けてきました。毎日、当たり前のように繰り返される「食」についての重要性は、ついつい忘れてしまいがちですが、何よりも大切なことは、楽しい食事を心がけることです。今回のたよりは楽しい食事についてのお話です。

たのしいしょくじは、いいことたくさんだね！

いっしょにつくるとたのしいな！
いつもつくってくれてありがとう！



いっしょにたべるとたのしいな！
しょくじがおいしく感じるね！

しょくじのじゅんぴをおてつだいするとたのしいな！
ほめられるとうれしいきもちになるね！

「食」は生きることそのものです。子どもの頃から多くの「食」の体験を積み重ねることは、将来、自分や家族のことを大切に思う心を育てることにつながっていきます。楽しい食事を通して、たくさんの愛情を注いであげることで、お子さんの心の空腹を満たしてあげてくださいね。

親子で作ろう 手作りおやつ

3がつのメニュー

アメリカンドック

材料（4人分）と作り方

ウィンナー	8本
小麦粉（ウィンナー用）	適量
卵	小1個
砂糖	大さじ1杯半
牛乳	30cc
小麦粉	50g
ベーキングパウダー	小さじ1

- ウィンナーは茹でておく。
- 小麦粉、ベーキングパウダー、卵、砂糖、牛乳を混ぜ、衣を作る。
※ 衣の固さは、ウィンナーに付く程度の固さになるよう、小麦粉、牛乳で調整する。
- ウィンナーの表面に小麦粉（ウィンナー用）をまぶし、衣をつけて揚げる。
※ 衣は薄く付く程度でいいですよ！！