

梅雨の季節となりました。この時期は肌寒かったり、暑かったりと気温や湿度が変化し体調も崩しやすいです。また食中毒も起こりやすくなりますので、予防の為にもしっかり洗い、衛生管理にも十分気をつけましょう。

野菜の栽培をはじめました



お米の種まき



植え方の説明を真剣に聞いている様子！



大きく育ちますように！



さつまいもの苗のうねを作ったよ！

お米の種まき、野菜の苗植えを行いました。そらグループは、さつまいも・ピーマン・おくら、いるか組は、しそ・なすの苗を植えました。「大きく育つといいね♪」と目を輝かせながら話をしていました。たいよう組は土を耕し、さつまいもの苗を植えるうねを作る所から始めました。育てることで野菜に興味を持つことが出来たらいいですね！これからの生長が楽しみです♪

6月のカミカミメニュー チンジャオロースー

6月は歯の健康週間です。
噛む力をつける為にカミカミメニューを取り入れませんか？



【材料】子ども一人分		下味をつける	合わせ調味料
豚もも肉	30g		
濃口醤油	1g	☆みりん	1.5g
酒	1g	☆濃口醤油	2g
片栗粉	1g	☆酒	2g
ピーマン	8g	☆オイスターソース	3g
たけのこ(水煮)	8g		
人参	10g		
玉葱	20g		
干し椎茸	1g		
油	適宜		

- 【作り方】**
- ①干し椎茸は、水に戻しておき戻し汁はとっておく。豚もも肉を線切りにし、醤油と酒と片栗粉をつける。
 - ②ピーマン、たけのこ、人参、玉葱を線切りにする。
 - ③☆の調味料をすべて合わせておく。
 - ④フライパンに油を入れ、豚もも肉をほぐしながら炒める。
 - ⑤火が通ったら②の線切りにした人参を入れ戻し汁を加え炒める。しんなりしたらたけのこ、玉葱、ピーマンの順に加え炒める。
 - ⑥火が通ったら、☆合わせ調味料で味付けしてひと煮立ちしたら出来上がり♪