



# もぐもぐだより



2021.3月号

3月3日(水)の献立より

## 3色クッキー

<材料 1人分>

### プレーン生地

- 有塩バター 3g
- 砂糖 1.8g
- 薄力粉 5g

### 抹茶生地

- 有塩バター 3g
- 砂糖 1.8g
- 薄力粉 5g
- 抹茶 0.2g

### いちご生地

- 有塩バター 2.5g
- 砂糖 1.5g
- いちごジャム 1.5g
- 薄力粉 5g



<作り方>

- ① バターをクリーム状になるまで混ぜます。
- ② 砂糖を加え白っぽくなるまですり混ぜます。  
※いちご生地はここでジャムも混ぜ合わせます。
- ③ ふるった薄力粉を加え生地をまとめます。 **お手伝いポイント!**
- ④ それぞれの生地を5mmの厚さにのびし花型で抜きます。
- ⑤ 型抜きした生地を天板に並べ、170℃のオーブンで15分焼きます。(オーブンによって焼き時間は調節してください)

WITHでは「2020東京オリンピック・パラリンピック」を食から盛り上げようと、今年度は「世界の料理」をテーマにしています。3月は子どもたちのリクエストから「アメリカ」です!

## あの国、あの献立・・・覚えているかな?



\*ハンバーガー作りの思い出を聞きました\*



in ういす針ヶ谷保育園

「ハンバーガー作りが楽しかった」

「自分で作って食べられるからうれしかった」

「もう一度ハンバーガー作りがしたい!」

などのお話を聞かせてくれました♪

## 2月の食育風景

節分にはキーマカレーを【鬼の顔】に盛り付けました。最後はバクッと鬼退治です♪



ういす成田東保育園



ういす成増保育園



ういす滝野川保育園



ういす日進駅前保育園

ブラウニー作りの食育を行いました。豆腐を入れて生チョコ風にアレンジ♪焼き上がりを楽しみに待つ姿が見られました。



## 2月はガーナを紹介



ういす川口西口保育園

ガーナはカカオの産地という事で、おやつにはブラウニーを提供しました。



ういす日進駅前保育園

## ～春野菜～

春野菜の特徴は、菜の花やフキノトウなど独特の苦みや香りがあるものが多いことです。この苦味の成分は「植物性アルカロイド」と呼ばれ、体内の細胞に溜まった老廃物を外に排出する働きがあります。春野菜で体の中からリセットしましょう♪

## ～春野菜を見つけよう～

スーパーに並ぶ野菜の中に「春〇〇」「新〇〇」が目立つようになりました。お子様と一緒に春野菜を探してみてください。



## 1年間ありがとうございました

今年度も残り1か月となりました。新型コロナの影響で様々な活動が中止になり、十分な食育もできませんでした。そのような状況下、心も身体も大きく成長した子どもたち。保育園で身につけた食事マナーや知識を忘れず進級・進学しても仲良く・楽しく・元気よく過ごしてください。1年間たくさんのご協力ありがとうございました。

## 旬の食材で免疫力アップ

3月の食材は

「菜の花」です!



WITH マガジンで毎月の旬の食材を使ったおすすめレシピを紹介しています。

是非ご覧ください♪