



2024年5月  
本分保育園

あじさいの花が色づきはじめ、梅雨の訪れを感じる季節になりました。この時期は、気温と湿度が上がり、食欲も低下しやすくなります。こまめに水分補給し、バランスの良い食事 で元気なからだを維持しましょう。

### Recipe

## きびなごのマリネ

材料) きのこ 1パック 作り方) ①きびなごはペーパーで水分をふき取る。 ②塩こしょうをする。 ③袋に小麦粉、片栗粉を入れ、きびなごをいれて、ふる。 ④余分な粉をはたき、油で揚げる。 ⑤野菜は千切りにし、ゆでる。 ⑥ボールに調味料をまぜ合わせ、ゆでた野菜を漬け込む。 ⑦揚げたきびなごにかけていただきます😊

- きびなご 1パック
- 小麦粉 20g
- 片栗粉 20g
- あげ油 適量
- 玉葱 1/2ケ
- きゅうり 1本
- 人参 1/4本
- 酢 大さじ3
- 砂糖大さじ3
- こいくち 大さじ2

- きのこ 1パック
- 小麦粉 20g
- 片栗粉 20g
- あげ油 適量
- 玉葱 1/2ケ
- きゅうり 1本
- 人参 1/4本
- 酢 大さじ3
- 砂糖大さじ3
- こいくち 大さじ2



5/14からすのパンやさん  
絵本の世界を楽しみました



5/15クッキング  
想像力豊かで  
いろいろな形の  
よもぎ団子ができ  
ました☆



## 食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生面に気を配るようにしてください。

### 予防のポイント

- 1 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたった物は食べない
- 2 魚や肉は十分に火を通す
- 3 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- 4 まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌
- 5 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手指を洗う
- 6 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意



### 5月生まれのおともだち



#### さくら組

#### ちゅういっぶ組

#### うめ組

#### お誕生日おめでとう

#### ひよこ組



#### お誕生会のおやつ



フルーツミルクレープ