

# きゅうしょくだより

日の出保育所  
令和5年度 4号

暦の上では春ですが、寒い日が続き、暖かい春の陽射しが待ち遠しく思います。早く春が訪れてくれると嬉しいですね。園では、2月2日(金)に豆まきをしました。子ども達は、先生達と一緒に「鬼はそと！福はうち！」と鬼退治をしました。みんなの心や体からたくさんの鬼が逃げていきましたね。菊組・藤組はおやつ時間に、自分達で手巻き寿司作りをして楽しみました。お友達と「美味しい」と食べていましたよ。



## 大豆のパワー！



豆まきに使う大豆は「畑の肉」といわれ、肉と同じくらい良質なタンパク質が含まれています。1日1回は大豆製品を食べるようにして、毎日元気にすごしましょう。



☆ 2/14(水)はバレンタイン！！  
マーブルマドレーヌを作ってみよう！



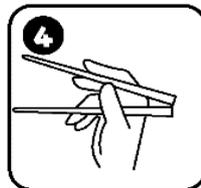
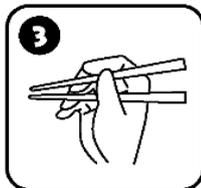
## ♪ 作り方 ♪

- ① 小麦粉160g・ベーキングパウダー(小さじ2) はふるっておく。
- ② バター130g は溶かしておく。
- ③ 卵3個をボールに割り入れ、砂糖120g を3回に分けて加え泡立て器でよくかき混ぜる。
- ④ ③に①を入れて粉ぼっさがなくなるまでやさしく混ぜる。
- ⑤ ④に②入れて混ぜる。
- ⑥ カップ6分目まで⑤を入れて、チョコシロップを少量かけてお箸などでゆっくり回してうずまき模様を作る。
- ⑦ 170℃に温めたオーブンで15分～20分程度焼き竹串でさして生地がくっついてくるようなら火が通るまでしっかり焼く。



## 正しいはしの持ち方

1. はしの片方(固定ばし)を、親指の根元に挟みます。
2. 薬指を軽く曲げて第一関節を下に添え、親指と薬指で支えます。
3. もう片方のはし(作用ばし)は親指のはらで挟み、中指の第一関節で支えます。
4. 作用ばしの支えをしっかりさせるために、小指を薬指に添わせます。



子ども達はお箸の練習を頑張っています。正しい持ち方をご家庭でも再確認してみてください。ご協力お願いいたします。

