



早いもので今年度もいよいよ最後の月となりました。4月の子どもたちの様子を思い出すと、食べられなかった食材を食べられるようになったり食に対して興味がでてきたりずいぶん成長したように思います。進級に向けて生活リズムや食事のバランスを見直してみましよう！！



## 2月 誕生日会おやつ

先月の誕生日おやつは豆腐ブラウニーを作りました♡  
豆腐を使用しているの普通のブラウニーよりヘルシーです♪  
濃厚で子どもたちから人気のおやつで今回はいちごと生クリームをトッピングしました🍓来月は3月27日（水）にお誕生日会をする予定です。お楽しみに🌟



### 大好評だった豆腐ブラウニーと人気のおやつのメルティーフレークの作り方を大公開🎉！

おうちでも保育園の味が再現できますのでぜひお子さまと一緒に作ってください♪

#### 《豆腐ブラウニー》

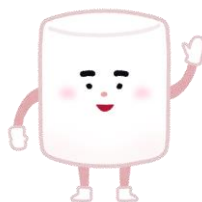
材料（ミニパウンド2個分）～作り方～

- |             |                   |
|-------------|-------------------|
| ・純ココア 20g   | 1.マーガリンをレンジで温める。  |
| ・中力粉 100g   | (500wで20～30秒)     |
| ・マーガリン 80g  | 2.オーブンを160℃に余熱開始。 |
| ・砂糖 40g     | 3.1を泡だて器で砂糖とすり混ぜ  |
| ※蜂蜜 30g     | さらに蜂蜜→豆腐の順に混ぜる。   |
| ・絹ごし豆腐 100g | 4.3に中力粉、ココアを混ぜる。  |
| ※保育園ではメープル  | 5.型に生地を入れ30分焼く。   |
- シロップを使用しています。

#### 《メルティーフレーク》

材料 ～作り方～

- |              |                   |
|--------------|-------------------|
| ・マシュマロ 100g  | 1. マシュマロとバターをレンジで |
| ・コーンフレーク 70g | 加熱ができる対応容器に入れて軽く  |
| ・バター 12g     | ラップをかけてレンジで40秒    |
- 加熱する。
- 2.コーンフレークと混ぜ合わせる。
  - 3.冷蔵庫で冷やして食べやすい大きさにカットする。



### 3月3日はひなまつり

ひなまつりの日は女の子の健やかな成長と幸せを願う行事で「桃の節句」とも言われています。

#### ひなまつお楽しみ給食 3月1日(金)

- ・鶏そぼろ丼
- ・大根と麩の味噌汁
- ・桃色サラダ
- ・3色ゼリー



### ひな祭りにまつわるの食べ物

#### ★ひしもち

赤は魔除けで、桃の花を。白は清らかさと長生きで、残雪を。緑は健康への願いが込められ、新芽を表しています。

#### ★ひなあられ

もともとは、ひしもちを細かく砕いて作ったあられです。関東では米を爆発させた甘いボン菓子が主流です。