



～こいのぼり～

コーンたっぷりのケチャップライスに
こいのぼりの旗をつけて可愛くしあげました♪
子どもたちもこいのぼりを指差しながら
喜んで食べていました。



～バナナヨーグルトケーキ～

バナナを生地にたっぷりと混ぜ込み
ヨーグルトを加えふっくら焼き上げました！
バナナの甘さを感じられる仕上がりにな
りました。
子どもたちも楽しそうに食べていました。



～根菜のごまサラダ～

＜材料 子ども 4 人分＞

ごぼう 20g
人参 60g
胡瓜 35g
白ごま 小さじ1
醤油 小さじ1
三温糖 小さじ1

＜作り方＞

- ① ごぼうと人参の皮をむき、
ごぼうは半月切り、
人参と胡瓜を 1 cm 角に切り
ます。
- ② ごぼう、人参、胡瓜を茹で
火が通ったらザルにあげ冷や
します。
- ③ ②に白ごま、醤油、三温糖を
入れ和えたら完成です。