

食育

～調理保育～



調理保育で芋ごま団子を作りました。

子どもたちが自分でさつま芋を潰したり、丸めたりと積極的に楽しみながら取り組む様子が見られました。

おやつで自分で作った芋ごま団子を嬉しそうに食べていました♪



～ポテトサラダ～



<材料>

子ども 4 人分

じゃが芋	100g
人参	50g
胡瓜	50g
塩	小さじ1

<作り方>

- ① 人参、じゃが芋の皮をむきます。
- ② じゃが芋を輪切りにし、柔らかくなるまで茹でてザルにあげ、潰します。
- ③ 人参、胡瓜はいちょう切りにし、柔らかくなるまで茹でて、ザルにあげます。
- ④ じゃが芋と人参、胡瓜を合わせ、塩で味を調えたら完成です。