



### ～ひよこ～

さつまいもを混ぜたご飯の上に人参、レーズン、コーンを使ってひよこの顔を作りました。

子どもたちが、『ひよこさんだ!』と喜んで食べる姿が見られました。



### ～キャベツのごま和え～

<材料 子ども4人分>

キャベツ 200g  
人参 70g  
白ごま 適量  
醤油 大さじ1  
三温糖 大さじ2

<作り方>

- ① 人参は、皮をむき、いちょう切りにし、キャベツは、1cm幅に切り、洗います。
- ② ①を茹で、柔らかくなったら冷水にとって水気を絞ります。
- ③ ②に醤油、三温糖を入れ味付けをしたら、ごまを和えて完成です。