



新年度も半分が過ぎ、あっという間にもう9月です。園では8月から甘さ控えめのスポーツ飲料を午前の活動時間に飲んでいきます。風は秋らしくなってきましたが、まだまだ暑さは続きます。たくさん遊んでたくさん汗をかく子ども達に疲労回復、水分、塩分補給の一環として提供しています。しっかり食べて飲んで元気に過ごしていきたいと思ひます。



### すいかの入刀式をしました！

夏の暑い日にすいかのプレゼントが届きました！タライに入れて置いておくと、登園してきた子どもたちがコンコンと音を確認めたり、においを嗅いでみたりと、すいかに興味津々の様子。先生たちがすいかの入刀式をしてくれました。ぱっかーんと切られたすいかの断面に子どもたちは大興奮。切ったすいかは外でおやつ時間に食べました。青空の下で、セミの声を聞きながら、朝顔を見ながら食べるすいかは格別だったようで、苦手だった子たちも「食べられるようになった！おいしい！」と、嬉しそうにしていました。好きな子たちは3回もおかわりをしていましたよ。楽しい夏の思い出になりました！



### おぼけきゅうりとでかでかおくら

雨が続いて、やっと晴れた日に畑に行くと、きゅうりとおくらが巨大化していました！種になってしまっていたり、筋っぽくなってしまっていたりして食べることはできないので、活動の中で楽しく野菜にふれあってもらいました！

#### 🍷おぼけきゅうり

牛乳パック氷の中にきゅうりを入れて一緒に凍らせて、宝探しならぬきゅうり探しをしました！「タライの水に入れたらとけるかな…お日様の下にもっていこう！」など、一生懸命考えていました。



#### 🍷でかでかおくら

おくらスタンプにしてうちわを作りました！とてもかわいくて自慢気に給食室に見せに来てくれました。



### <しいたけどんぶり>

#### 藤枝の特産品の椎茸を使った人気メニュー！

材料 4人分

- ・干し椎茸…15g
- ・豚こま肉…150g
- ・人参…1/2本
- ・玉ねぎ…1個
- ・油揚げ…1枚
- ・砂糖…大さじ1と1/2
- ・しょうゆ…大さじ2
- ・酒…大さじ1
- ・だし汁…100cc

★椎茸の戻し汁を使って  
もおいしくできます！

- ① 干し椎茸は水で戻し、大きい場合は切ります
- ② 人参は拍子切り、玉ねぎはスライス、油揚げは食べやすい大きさに切り、油抜きをします
- ③ 鍋に油を引き、豚肉を入れ炒め、①②も入れ、炒めます
- ④ Aを③に入れ、野菜がやわらかくなるまで煮ます
- ⑤ ごはんの上にかけて完成です

