

栽培活動を生かしたクッキングレシピ 一覧

	メニュー名	使用する作物
春夏	夏野菜を使ってみんなで作るカレー	トマト・おくら・加茂なす・ピーマン・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・にんにく・しょうが
	強力粉ピザ	トマト・ピーマン・なす・かぼちゃ・パプリカ・ゴーヤ・えだまめ・たまねぎ
	なすピザ	なす・ピーマン
	夏野菜を使った簡単おやつピザ(食パンピザ)	なす・ピーマン
	ぎょうざの皮ピザ	パプリカ(赤・緑)・トマト
	いももち	じゃがいも・とうもろこし
	えだまめだんご	えだまめ
	ジャムづくり	トマト
	ハーブティー	レモンバーム・ミント
秋冬	さつまいもピザ	さつまいも・なす・たまねぎ・トマト
	みたらしいもだんご	さつまいも
	スイートポテト	さつまいも
	さつまいものミルクスープ	さつまいも
	ぎょうざ	じゃがいも
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ・なす・オカワカメ
	豚汁	にんじん・だいこん・だいこんの葉・青ねぎ・じゃがいも
	おかゆ	米
	ほうれん草のソテー	ほうれん草

レシピのポイント

- 栽培活動で育てた作物を使って実際に行ったクッキングを紹介。
- クッキング対象児童の年齢を記載し、クッキング(お手伝い)のポイントをそれぞれのメニューごとに具体的に示す。
- 保育施設での食育の計画の参考に。
- ご家庭でのお手伝いの参考に。

