



# 食育だより

京都市鶴山保育所  
令和6年12月発行

## 心も体もぽっかぽか ぐつぐつ大鍋パーティー



にんじんのかわ  
むきがんばるぞ



園庭で三平汁を作りました。幼児で育てた野菜をそれぞれのクラスでクッキング。準備ができるとみんなで園庭に集まり、調理師が作っているところを見せてもらいました。順番に具材が鍋に入っていくところを見ながら、「ちぎっただいこんのはっぱや」「さけもある」と大きなお鍋に目が釘付けになっていました。出汁の香りや湯気が立ち上る様子を見ながら、「おいしくなあれ」とみんなで大合唱したり、「なんかいいにおいしてきた」と出来上がりが近づくのをワクワクした様子で眺めていました。そして完成すると「やったー」と大喜び。給食では、美味しいようにモリモリと食べて、大きなお鍋の中があつという間に空っぽになりました。温かい三平汁を食べて体もポカポカになり、笑顔いっぱいで満足そうな子どもたちでした。



おだしの  
かありがとうございます



おいしいね



おいしくなあれ



### おやつ人気ランキング(11、12月)

- 1 きなこちんちすこう
- 2 フルーツヨーグルト
- 3 バターケーキ



今回のランキング1位は  
きなこちんちすこうでした！

- ～きなこちんちすこうの作り方～
1. 小麦粉、きな粉、砂糖、油を混ぜ合わせて調整し、ひとかたまりになるまでこねてまとめる。
  2. 1をちぎって丸める。
  3. 170℃のオーブンで15~20分焼く。
- ※ポイント  
油は最後に入れ、ひとかたまりになりにくければ油を追加する。

○材料 分量(g) 一人あたり  
・小麦粉: 12.0 ・砂糖: 6.0  
・きな粉: 2.0 ・油: 6.0

ぜひお家でも  
作ってみて下さい