

えんじのつぶやき

保育園や幼稚園での子どもたちのとおきの会話を紹介するコーナー。

今月は

岩根保育園 です。

雨上がりの朝、アジサイの近くでたくさんのアマガエルを見つけたみんな。
Aちゃん「ここにカエルがいる!」
Bちゃん「あっ、ここにもいる」
保育士「いっぱいいるね」
Cちゃん「わかった!今日はカエル祭りかもしれない!」
たくさんのカエルを見て嬉しそうに話していました。

5歳児



フレンチトーストフルーツヨーグルト添え

材料(4人分)

- | | | |
|---|---------------|------------|
| A | 卵 |1個 |
| | 牛乳 |200ml |
| | 砂糖 |大さじ2 |
| | バニラエッセンス(あれば) |適宜 |
| | 山形食パン(6枚切り) |2枚 |
| | バター |8g |
| | 無糖ヨーグルト |100g |
| | フルーツミックス缶詰 |200g |
| | ミントの葉 |適宜 |



8月のレシピ

夏休みの朝、少しおしゃれにカフェ風に盛り付けゆっくりと朝食を楽しんでみませんか。
くだものは旬のものでもできます。

栄養価
(1人当たり)

エネルギー：245kcal	カルシウム：106mg
たんぱく質：8.0g	カリウム：218mg
脂質：7.4g	塩分：0.7g

作り方

- 1 ボウルにAの材料を入れよく混ぜる。
- 2 バットに食パンを並べ、①を注ぐ。途中でパンをひっくり返し、まんべんなく浸み込むようにする。
- 3 フライパンにバターを溶かし、両面各3～4分、弱火で焼き色がつくまで焼く。
- 4 焼けたフレンチトーストを4等分に切り、皿に盛る。
- 5 ヨーグルトを盛り、食べやすく切った缶詰を添える。あればミントの葉を飾る。

わが家の
愛ドル



富田

しんいち

真一

ちゃん 6歳

あい

ちゃん 5歳

けいすけ

ちゃん 1歳

啓介

(湖南団地南)



健康で素直に育ってほしいです。
孫から元気をもらっています。

健康
レシピ

No.98

湖南市公式 Facebook

湖南市役所Facebook 検索



無料アプリ

広報こなんがスマホで見られます
App Store、Playストア
で「広報紙」と検索。



広報こなん
アンケート受付中
市ホームページから回答をお願いします。