

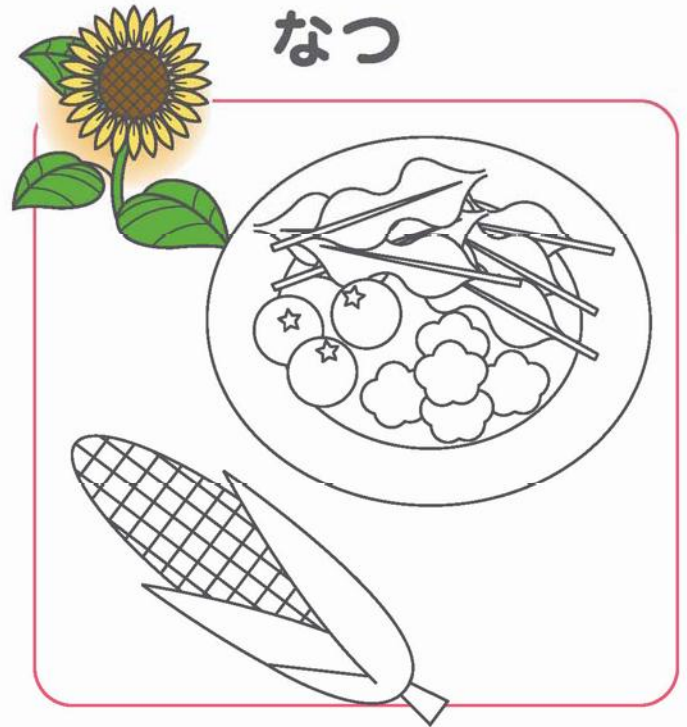
たのしいな きせつのおりょうり

いろをぬってみましょう。



はる

なつ



あき

ふゆ



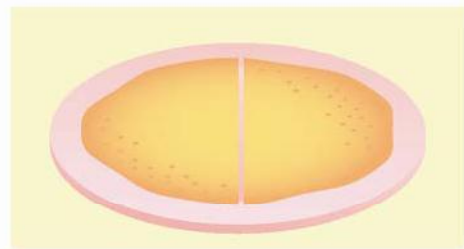
ごはん ひなにんぎょうをつくってみよう

ざいりょう (1セット分)

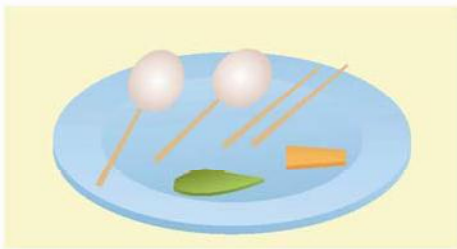
ごはん	80g	ようじ	4ほん	たまご	1こ
きぬさや	1ぽん	うずらのたまご	2こ	にんじん	すこし



① ごはんでおむすびをふたつつくる。



② たまごやきをいちまいやき、はんぶんにする。



③ うずらのたまごにようじをさす。
いんげんとにんじんをゆでておく。



④ おむすびにたまごやきのきものを
きせてようじでとめる。うずらの
たまごのあたまをさしてかざりを
つけ、できあがり。



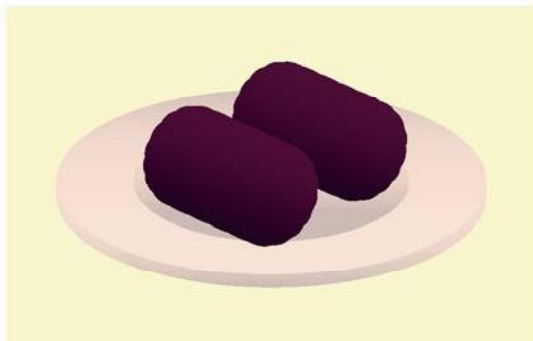
「ひなまつり」や「6ねんせいありがとうのかい」に、
みんなで作るとたのしいね。おうちでもつくってみよう。

伝言板

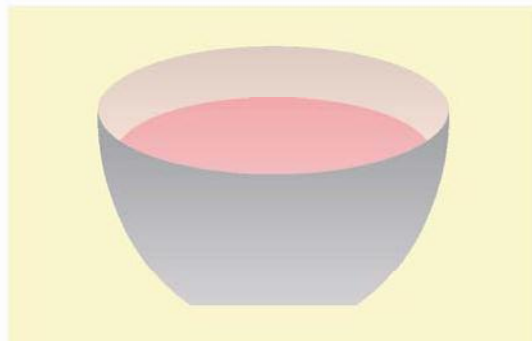
・・・ おうちの方へ ・・・

日本は四季のはっきりした国であり、四季折々に、伝統的な行事や地域独特の行事が行われてきました。「行事と食」は深く結びついています。行事食の経験は、季節を感じ、故郷を思うなど感性を豊かに育むことにもつながります。簡単な調理を楽しみながら、各種行事のはじまりや昔の様子などを話して聞かせることも、意義あることだと思います。

はるのおかし さくらもちをつくってみよう



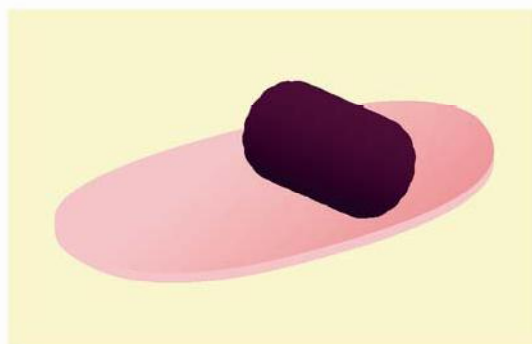
①あんをたわらのかたちにもるめる



②あのだいりょうをまぜる



③ながいまるのかたちになおしてやく
ホットプレートがいいよ



④あんをかわでつつむ



⑤できあがり

ざいりょう (4~6こ)

- しらたまこ …………… 7g
- みず …… カップ4分の3
- こむぎこ …………… 80g
- しよくべに …………… すこし
- あん …………… 350g
- さくらのはのしおづけ
- サラダあぶら …………… すこし

あ

「はるをよぶパーティー」や、
「6ねんせいありがとうのかい」
などにつくるとたのしいね。

※桜の葉の塩漬は、和菓子屋さんでも購入
できますが、5月に柔らかい桜の葉を摘んで
塩漬けにしておくと、香りの良いものができ
ます。