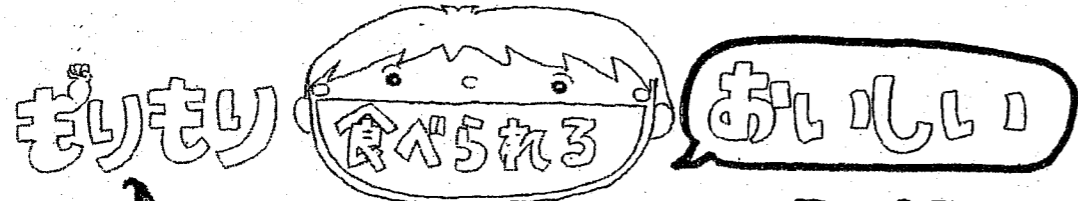


# いっしょにあそぼう

第1号 (平成29年 1月)

この度、厚木市公立保育所を紹介する情報紙を作りました。  
 情報紙のタイトル「いっしょにあそぼう」には、保育所の子どもと地域の子も達みんな一緒にあそべる場になるといいな、という思いを込めています。「保育所ってどんなところ？」と思っているみなさんが、この情報紙を見て遊びに行こうと思うきっかけになると嬉しいです。  
 これから色々なことを発信していきますので、ぜひご覧ください。お楽しみに！  
 今回は、保育所の給食のメニューの一つを紹介します。



## ひじきメニュー大公開!!

栄養士と給食調理員で子どもたちが食べやすく栄養満点のメニューを考えています!!

★作り方★

- ひじき、干しいたけは水でもどしておく。
- ① 鍋にごま油を入れ、豚挽き肉を炒める。
- ② ①に人参、干しシイタケ、ひじきを入れさらに炒める。
- ③ ②に調味料Aを入れる。
- ④ ③に豆腐、ネギを入れて、和風だしの素で味を整え水溶き片栗粉でとじる。

☆材料☆ (大人4人分)	
ひじき	12g
干しいたけ	3g(みじん切り)
豚挽き肉	120g
人参	60g(1/6本(みじん切り))
ネギ	60g(2/3本(小口切り))
木綿豆腐	420g(1と1/2丁(角切り))
ごま油	大さじ1/2
みそ	大さじ3弱
しょうゆ	小さじ2
みりん	大さじ1
和風だしの素	大さじ1/2
片栗粉	適量



保育所の子どもたちにも人気のメニュー！  
 みそを使っているから小さい子ども  
 食べられるよ。

その他にもメニュー...

ひじきや人参やハム、絹さやと一緒に  
 かつおだし、醤油、砂糖、酢で味付けをすれば  
 サッパリとした味わいの **ひじきサラダ** の  
 完成♪色どりもきれいで子どもたちももりもり  
 食べています。



編集・発行・問い合わせ先

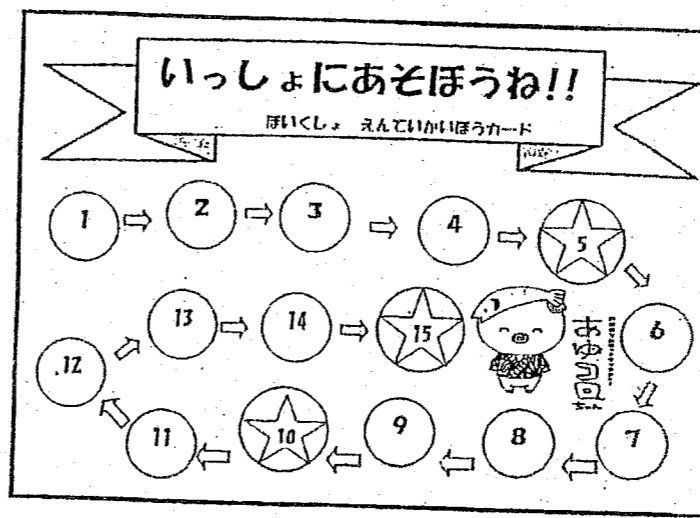
厚木保育所 046-225-2256  
 玉川保育所 046-225-2260

相川保育所 046-225-2257  
 南毛利保育所 046-225-2261

小鮎保育所 046-225-2259

# そうだ!! 保育所にあそびに行こう!!

市内の公立保育所の園庭で遊んでみませんか？  
 まずはお近くの保育所で「園庭開放カード」と「マップ」をもらって  
 くださいね！厚木市内5ヶ所共通で使えます。



- (月)~(土) 9:00~11:30  
 厚木保育所 (046-225-2256) ・ 小鮎保育所 (046-225-2259)  
 南毛利保育所 (046-225-2261)  
 (月)~(土) 9:00~11:00  
 相川保育所 (046-225-2257) ・ 玉川保育所 (046-225-2260)

15回遊びに行くと  
 ステキなプレゼントが  
 もらえるよ!!

あそびに来てね!!



☆えんていかいほうカードのつかいかた☆

- えんていかいほうにきたら、シールをいちまいもらってね
- もらったシールを1からじゅんぽんにはってね
- ☆のマークのあるすうじ(5、10、15)のときは、きらきらシールをもらってはってね
- 15こシールがあつたらプレゼントがもらえるよ
- ※げつようび~どようびの9:00から11:30までがえんていかいほうのじかんだよ
- (あいかわほいくしよ、たまがわほいくしよは11:00までだよ)
- ※えんていかいほうにくるときは、このカードをわすれないでね
- ※このカードはあつぎほいくしよ、あいかわほいくしよ、こあゆほいくしよ、たまがわほいくしよ、なんもうりほいくしよでつかえるよ

なまえ: \_\_\_\_\_ (さい)

※各保育所に専用の駐車場はありませんので、ご了承ください。