

「立春」を迎え、暦の上では春になりますが、実は1年で1番寒いのはこの2月です。風邪などひかないように、温かい具たくさん汁物などで体を温め、1日を元気にスタートさせましょう。



🍴 **マシュマロおこし** 🍴

3歳児未満1人分



◆材料◆

- ・無塩バター 6.3g
- ・マシュマロ 3.8g
- ・コーンフレーク 0.1g

◆作り方◆

- ①鍋に、焦げないようにバターを溶かし、マシュマロを加え溶かす。
  - ②①が熱いうちに、玄米フレークを①に入れて均等に混ぜる。
  - ③1人分ずつアルミカップに分けて冷ます。
- ※バットに入れて冷ましてから切り分けてもよい。

とっても簡単！  
子どもたちにも  
大人気 🎵



～● 野菜かるた ●～



今月の食育活動は先生たちと一緒に、「野菜かるた」をして遊びました。納豆の和え物にはこのお野菜！「ほうれん草！」というようにニチイキッズならではの話題や、赤くて...甘くて...「トマト？」「イチゴ？」どっち？と、考えるのが楽しくなる話題もあり、先生が読む「読み札」に耳を澄ませていました。お題の野菜がわかるとかるたのところまで向かい、「あったー！」「これー！」とゲットしていました！まるで「かるたとり名人」のように取ったかるたを「見てみてー！」と嬉しそうに掲げて見せてくれました！

