

(親子部門①・②) 親子部門

～作ってみよう 朝ごはん～

津田小学校

学校・園(所)名
わだ まさな

名前(こども)

和田 希咲奈

二

学年等
わだ けいこ

歳見・(年)

名前(おと)

和田 圭子



名前を付けてみよう

※名前はこどもがつけましょう

朝からカール元気!!

(材料)

使った量も分かれば書いてみましょう。

米(もち米)5合

きゅうり 1本

トマト 10コ

なす 1本

だいこん

ブロッコリー

カボチャ 1/3

にんじん

そうめん 2ワ

とうふ 1丁

しらす

たまご 2コ

しそ 5枚

わかめ

アヲ(のり)

魚

ツク茶

<p>作り方</p> <p>① 前の日 きゅうり、なす、にんじん、だいこんをぬかづけにしておく。</p> <p>② お米をといですいはんする。</p>	<p>工夫したところ (セールスポイント)</p> <p>カラフルになるとしよくよくがわいてくるのでいろいろな色の食べものを使ってみました。</p>
<p>③ カボチ、とうろを切っておみそ汁をつくる</p> <p>④ たまごやきにシリを入れて作る</p>	<p>子どもが手伝ったところ</p> <p>① お米をといだ ② たまごをゆいた ③ ブロッコリーとトマトを切った ④ そうめんにあく(のり)をのせた ⑤ カボチととうろをおみそとまぜてあたためた</p>
<p>⑤ 魚(カサゴ)を煮る。</p> <p>⑥ ブロッコリーをゆでてトマトとドレッシングをあえる。</p> <p>⑦ そうめんをゆでる。</p> <p>⑧ きのおつけをおいだぬかづけをとろ出す。</p> <p>⑨ もりつけ</p>	<p>地産地消に工夫した点</p> <p>畑でとれた野菜を使った料理にしました。</p> <p>できるだけひょうじけんさんのものを使用しました。</p>
	<p>調理時間</p> <p>45分</p>
<p>感想 (おとな)</p> <p>おじいちゃん畑から野菜を採ってきて、何を作たらいいかな?と、いっしょにかんがえて作ることでできて楽しかったね。今度ほひりでも出来るように頑張っていかね。どんどんやってみようね。</p>	<p>かんそう (こども)</p> <p>作るのはおすかかったけどさいごまであきらめずに出来てうれしかったです。がんばったおかげか、とってもおいしかったです。また作って友達と食べたいです。はじめてだったけど楽しかったです。みんなにも食べてもらいたいです。ぬかづけは、少しからいけどおいしかったです。</p>