



子育て支援

NO.4

さくらんぼ だより 10月号

学校法人矢作学園

橋目幼稚園

食欲の秋ですね！今回は、おうちの方も一緒に楽しめる簡単に作れる子どものおやつをご紹介します。

<さつまいも巾着>

さつまいもの皮をむき、輪切りにして水にさらす。

① 水気を切ったさつまいもを耐熱容器に入れる。

水を少し振りかけラップをして、やわらかくなるまでレンジで加熱する。

② やわらかくなったら、熱いうちに潰す。

やけどに注意！

③ お好みの甘さになるまで砂糖を入れ、混ぜる。

④ 一口大の大きさにラップで包み、ぎゅっと絞って完成



<煮物をリメイク かぼちゃもち>

① かぼちゃの煮物を使います。汁気を切って潰す。

皮はそのままでも、取り除いても、どちらでもOK！

② 成形しやすい固さになるまで片栗粉を入れ混ぜる。

③ 円形に平たく成形します。

④ フライパンに油を入れて熱し、③を並べて両面おいしそうな焼き色がついたら完成！



ぜひおうちの方も一緒に食べてみてください！

おすすめ絵本

『たぬきのじどうしゃ』

作/長新太
偕成社



『だれのおうち？』

著/accototo
幻冬舎