

ひとよ
おうちの人と読みましょう。

なつやす かぞく
夏休みに家族で
はな あ
話し合おう。

あさ だいぼしゅう おすすめ朝ごはん大募集

みなさん、毎日朝ごはんを食べていますか？朝ごはんを食べると、脳が目覚め、やる気や、集中力が高まります。この夏休みに、家族でテーマを決めて、朝ごはんのレシピを完成させてください。いただいたレシピは、学校のホームページでご紹介させていただきます。

～テーマ～

- ・かんたんのできる一品
- ・野菜を使った一品
- ・みんなに教えたい!わが家で人気の一品
- ・朝に食べたいおみそ汁の具
- ・電子レンジで作れる一品
- ・おにぎりに入れたらおいしい具
- などなど、なんでも OK

～書きかた～

すてきな料理名を考えてください。

イラストを描いて、色をぬってみましょう。写真を撮って、はりつけても OK!

正確に、何グラム等でもなくても、お茶わん1杯や、小さいスプーンで2杯などの書き方でよいです。

朝ごはんスイッチ・オン!

●年 ●組 ●名前 鳩の子 太郎

*レシピを学校ホームページ(保護者ページ)に載せてもいいですか? (のせてもよい・のせないでほしい)

おうちの父とっしよに、おすすめ朝ごはんを考へてみよう!

料理名 **とろりんコーンスープ**

完成図(イラストをかいて、色をぬりましょう)

おすすめポイントがあれば書いてください。
包丁を使わなくても作ることができます。

材料(4 人分) / 作り方

クリームコーン(缶づめ) → 小さい缶1缶
水 → 汁わんで2はいくらい
きぬごし豆ふ → 小さいパック1つ
たまご → 1個
かたくり粉 → 大さじ1ばい
コンソメ → 大さじ1ばい
塩・こしょう → 少々

①なべにクリームコーン、水をいれて火にかけます。
②ふっとうしてきたら、豆ふをくずしながら入れます。
③コンソメ、塩こしょうで味をつけます。
④水ときかたくり粉を入れて、とろみをつけます。
⑤ときたまごを加えて、ひとにたちしたら完成。

みなさんからいただいたレシピを、学校のホームページ(保護者ページ)やお便り等で紹介させていただきます。ホームページに載せてもよいかどうか、印をつけてください。

※ホームページには、学年のみの記載とし、お名前は伏せさせていただきます。
※お便りに載せる際には、事前にご連絡させていただきます。

おすすめポイントも教えてください。

いろいろな朝ごはん
を食べてみたいな。



※8月25日(月)に学校にもってきてください。

※用紙は、学校のホームページからダウンロードしてください。

※一人で複数取り組んでもよいです。