

# おにぎりデーがはじまります！

1回目は5月1日（金）です。

おにぎりデーがスタートして7年。

お家の方が作ってくれるおにぎりの具はアイデア豊富！毎年のおにぎりデーでは、おにぎりの中にいろいろな具が入っていて、子ども達も食べてわくわく！今年はどうなおにぎりが登場するでしょう。

おにぎり作りの参考にいかがですか？

## 【おにぎりの定番の具！】



梅干し



鮭



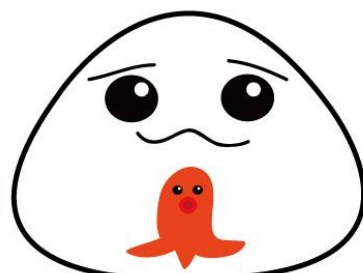
おかか

園長先生が  
一番好きな具だよ！

## 【こどもに人気の具！】



いくら・すじこ・たらこ



ウインナー



エビフライ・えびの天ぷら

暖かい日は  
やめようね！



からあげ



たまご・たまごやき



☆ 具が変化すると、栄養価も変わってきますね！

☆ 他に、ふりかけ、ツナマヨ、オムライス、炊き込みご飯、塩むすび、ミートボール、こんぶ、おむすび山も人気です！