



令和6年2月29日
やすぎこども園 食育部

親子クッキング

1月27日にJAさんの協力のもと、5歳児の親子でカレー作りをしました。忙しい中、保護者のみなさんには参加していただき、ありがとうございました。今年度は、包丁を使ったクッキングをしてきたので、保護者さんに見守られ、時には、手伝ってもらいながら作っていきました。グループごとに、カレーの中に入れる具材、スパイスを話し合って決めながら、オリジナルカレーを作りました。JAさんには、安来産のお米や野菜の提供、カレーを煮込んでいる時にゲームなどをしてもらいました。こども園での楽しい思い出の一つになればうれしく思います。

①⇒野菜の皮をむいて、切っていきます。



子どもたちが切りたい形に切っていきます。
包丁もピーラー使いも上手です☆

②⇒他に入れる具材をグループごとに決めていきます。

チーズ
海鮮
野菜など
変わり種も用意。



③⇒野菜が切れたら、炒めて、カレーを完成させます。



④⇒グループごとにカレーの中身が違うので、画用紙に何を入れたかを書いていきます。入れたものを思い出しながら、文字や絵で書いていきました。

⑤⇒自分たちで盛り付けて、食べました☆
皿に盛ってから、トッピングをして、自分だけのオリジナルカレーを楽しんでいました。



牛乳パック

小学校に行くと、毎日の給食で200ml牛乳をパックのまま飲みます。そこで、5歳児さんは週2回牛乳パックで飲む練習を始めました。今年は、牛乳嫌いの子はいないので、200mlを飲むことはできますが、牛乳パックを開けるのに一苦労です。今は、少しでも開いたら、そこからほじるようにして、開けるのが精いっぱい、飲み口がぼろぼろになりかけたりしています。2月、3月と練習していき、小学校に上がって、実際に飲むときに、今している事が自信につながればと思います。



おにぎり作り

星組は、おにぎり作りをしました。まずは、のりをちぎっていき、ご飯の上のにせます。そのあと、ラップで丸めて、ごはんをにぎっていきます。お家でおにぎり作りを見ているのか、ラップをねじって、丸めている子もいましたよ！「ぎゅっぎゅ」と言いながら、ごはんをにぎる姿はかわいらしかったです☆自分たちで作ることで食べる意欲がとても出てくる子どもたちなので、またしようと思います。



お好み焼き作り

月組が、お好み焼き作りをしました。みんなの前で焼いていきます。えび、納豆、かにかま、チーズの中から、生地に混ぜる具材を一人一人が決め、自分だけのお好み焼きを作ります。全種類選ぶ子もいれば、好きなものだけ選ぶ子もいました。お好み焼きをひっくり返すと、「おー!!!」と歓声をあげる子どもたち。『自分のお好み焼き』が嬉しかったようで、どれが自分のかをしっかりと覚えて、焼けるのを待っていました。できあがった丸いままのお好み焼きをどうやって食べるのかわからなくなっている子もいましたが、みんな上手にかぶりついて食べていました。お好み焼きが気に入って、いっぱいおかわりしている子もいました。



鍋パーティー

具材を教えてください

いっぱいおかわりしたよ

鍋作りを予定していましたが、感染予防対策として、給食室の方で作ったものを食べてもらいました。味は寄せ鍋味とごま豆乳鍋を用意しました。鍋の具は、子どもたちに決めてもらっていました☆お肉もありましたが、野菜が多めの鍋です。野菜をしっかり食べる機会が少ないのか、苦手そうな子もいました。でも、食べられる範囲でしっかり野菜を食べていました。おかわりにうどんも用意しました。とても人気で、いっぱいおかわりをしていました。また、感染症の様子を見ながら、クッキングをしていこうと思います。



いっぱい食べてるよ