



食育だより

栗ごはん

10月

今しか食べられない栗を星組と光組に見せました。初めて栗を見る子が多かったようで、とても目を輝かせながら、栗と触れ合っていました。転がしてみたり、栗同士をたたいてみたりして、栗を満喫しました。次の日は、給食室で皮をむいて、栗ごはんにして食べました。



おにぎり作り

星組でおにぎり作りをしました。最初にすり鉢でごまを子どもたちの前ですりました。ごまが細くなる音や細くなって出てきた匂いをかいでもらいました。そのあとに、ごまをラップの上にあるごはんにかけて、丸めました。力が入りすぎて、お餅みたいになっている子、やさしく持ちすぎてラップからはみ出る子などいました。できたおにぎりは、しっかり食べていました。



運動会頑張ろうメニュー

運動会前日は、運動会を楽しく頑張ってもらおうと思い、空組は『バイキング』、その他のクラスは『ワンプレート』を用意しました。

バイキングでは、「おにぎり2種」「鶏のからあげ」「魚のごまみそ焼き」「きのこサラダ」「さつまいもサラダ」「ミネストローネ」を用意しました。4才児は初めてのバイキング。トングを使って、食べ物を取ることも初めてです。つまむ作業が難しそうでしたが、自分が食べたいものを選んで、自分の皿に入れていました。

【全種類は取らなくてもいいけど、主菜・副菜はとること。自分が食べれる量をお腹と相談して決めてとること】を最初にお約束しました。みんなしっかり守れ、食べれる子はおかわりをして、バイキングを楽しみました。

ワンプレートは、旗をつけました。とても喜んで食べていました。運動会に少しでも、給食が力になっていたら、うれしく思います。



秋の食べ物に触れたよ

虹組は梨の皮むきを見たり、きのこをさくお手伝いをしました。梨の皮むきは、皮をむくと何色の実がでてくるか、切ったらどんな形かななどを見てもらいました。色については、白や黄色など声が聞こえていました。あいまいな色なので、正解はないので、感じた色を教えてくださいました。最後に味見をして、嬉しそうでした。きのこさきは、ダイナミックにほぐす子、一本一本丁寧に取る子とさまざまでした。一本ずつ取る子は、途中であきらめる事なく、最後までやってくれました。



運動会頑張ったねおやつ

【空・月】

ミニパフェ作りをしました。みんなの好きなアイスを入れてもらってから、コーンフレーク、果物、カラスプレー、ポッキーで飾りつけて食べました。ワイワイ楽しみながら作っていました。



【虹組】

ホットケーキのデコレーションをしました。最初に、「こぐまちゃんのホットケーキ」の絵本を見ながら、実際に焼くのを見比べてもらいました。とても真剣にみていました。絵本と同じ様子、いい匂いがしてきたなど、子どもたちが発見する姿がありました。

焼いた後、自分たちで、生クリームをぬって、果物をのせて食べました。絵本と同じ丸のままのホットケーキ☆大きな口をあけて、かぶりついてました。

