

食育だより

運動会頑張ろう
バイキング



運動会前日に食べた
メダルクッキー



令和7年10月31日
やすぎこども園 食育部

食べ物に触れよう

星組には、ごぼうとりんごに触れてもらいました。きっと初めてさわるごぼう。枝みたいなごぼうで机をトントンしてみたり、匂いをかいでみたりしました。ちょっとごぼうを振ってみて、魔法の杖にも見えたり…！思い思いにごぼうに触れてもらいました。触れた後は、こんなに固いけど、「茹でると少しやわらかくなって、食べれるんだよ」ということで試食。いやいやすることもなく、口の中でやわらかくしながら、上手に食べれていました。おいしかったようでかわりする子も！！昼食で、ごぼうサラダにして食べました。午前中に触れたごぼうと一緒にわかると、しっかり食べて、お皿がピカピカに☆

りんごは、子どもたちの前で、皮むきをしました。皮が長くつながって、ヘビのようになっていくのを見て、こどもたちも楽しそう。りんごの中がどうなっているか確認して、最後に試食もしました。今回は、よく噛んで食べる食材でした。試食する時にも「しっかりもぐもぐしてね」とお話ししました。



運動会メニュー

【空組：頑張ろうバイキング】

運動会を頑張ってもらうために、バイキングをしました☆主菜と副菜を両方取ることを伝え、食べられる量を自分で決めて取ります。かわりもいっぱいして次の日の運動会に励みました。



【空組：頑張ったねパフェ】

月組と同じようにパフェを作りました。空組なので、とても手際よく、食べたい物を入れて、楽しみました。嬉しかったようで、みんなかわりをしていました☆



【月組：頑張ろうパフェ】

おやつ時間にパフェを作りました。先生にアイスを入れてもらったら自分たちで果物、コーンフレーク、カラスプレー、ポッキーを入れて完成☆自分たちで作ったパフェは大喜びでした。



【月組：頑張ったねクレープ】

自分たちでクレープを巻きました。欲張りすぎると巻けなくなるので、様子をみながら果物を入れます。巻くのが大変そうでしたが、自分なりに果物が隠れるように考えて巻いていましたよ。ニコニコしながら、いっぱい食べていました☆



さつまいもクッキー作り

虹組がさつまいもクッキー作りをしました。



栗ごはん

この時期にしか食べられない栗ごはんを食べました。栗を子どもたちに触れてもらいました。光組は、初めての栗にちょっと不思議そう。弁当給食の日に栗ごはんでした。おにぎりの栗ごはんを手にとって、食べる姿がいっぱい。「おいしーよー」と教えてくれる子もいました。今しか食べられない旬の食材をこれからも給食で食べてもらおうと思います。

