



食育だより



節分メニュー

令和8年2月
やすぎこども園 食育部

牛乳パック

5歳児は、週2日で200ml牛乳パックをそのまま飲む練習を始めました。小学校に行くと、毎日給食の時間に自分で牛乳パックを開け、そのまま飲んでいきます。牛乳パックを開けたことがある子でも、200mlの牛乳パックはとても固くて、開けるのに一苦労です。少しやぶれながらも、自分で頑張ったり、少し手伝ってもらいながら開けて飲んでいきます。2、3月と練習して、小学校に上がって、この練習が自信につながればいいと思います。



クッキー作り

星組はクッキー作りをしました。生地は給食室で作り、子どもたちには、生地をペタペタ、にぎにぎしながら、触ってもらいます。そのあとに、生地を手で平たく伸ばして、生地到手形を付けました。少しだけ、型抜きクッキーも作りました。みんな型抜きが上手!!型抜きを1つ1つ教えながらしましたが、手つきまで教えた通り☆手形の中や型抜きしたものにカラースプレーをのせてかわいいクッキーが完成。自分たちの手形のクッキーはとても大きかったですが、しっかり食べていました。



おにぎり作り

虹組はおにぎり作りをしました。先生にラップをもらったら、自分たちでスプーンを使って、ラップの上にご飯を置きます。ラップからはみださないように入れたら、ラップの端を集めて、にぎっていきます。おにぎり作りは、去年もしましたが、自分たちでラップにご飯を置いて作るのは、初めて☆「こんぐらい?」「手についた」と言いながら、おにぎりを作っていました。まん丸やせんべいみたいに平たくなると、いろんな形のかわいいおにぎりができました。



自分が作った
おにぎりをペロリと
食べました☆

おにぎり作り

光組は、今年度2回目のおにぎり作りをしました。最初に、ごまをすりました。カも強くなり、しっかりごまがすれていました!!1回目よりも、ぐんと成長して、おにぎりメーカーをシャカシャカ振ってくれました。出来上がったおにぎりを見てみると、みんな「わー」と口開けて喜んでいましたよ☆自分たちで作ったおにぎりは、ペロリと食べ終わっていました。



豚汁作り

空組は豚汁作りをしました。玉ねぎ、人参、大根、さつまいも、こんにゃくを子どもたちが切って、ごぼうは固いため、先生が切りました。包丁を使ったクッキングは夏ぶりでしたが、夏より包丁さばきが安定して、上手でした。ごぼうを切ると、ごぼうの香りが広がります。なかなかごぼうを匂ったことがないようで「うわーにおうー」と鼻を押さえる子もいました。また、炒める時にも、匂いがしていたようで、「いいにおい」、「食べたーい」としっかり匂いでもクッキングを楽しみました。

また、今回はみそ汁に入れる出汁を飲んでもらいました。こども園では、かつお節で出汁をとっています。なかなか出汁のみで飲むことがないと思ったので、どんな味がするか飲んでもらいました。「いい匂い」、「お茶の味みたい」、「ちょっと薄い」といろいろ感想がありました。

最後に、みそを入れて完成☆3グループに分かれて作ったので、食べ比べもしました。あつあつの豚汁で、おいしかったようです。



今回は、
皮むきにも挑戦☆

包丁の順番を
待ってる間に
玉ねぎの皮むき

順番に
炒めていくよ

かつお節で
とった出汁を
飲んでもらったよ

