

食育だより

ピザトースト



笹巻き



かえるスコーン

令和8年6月
やすぎこども園 食育部

ピーマンの種取り

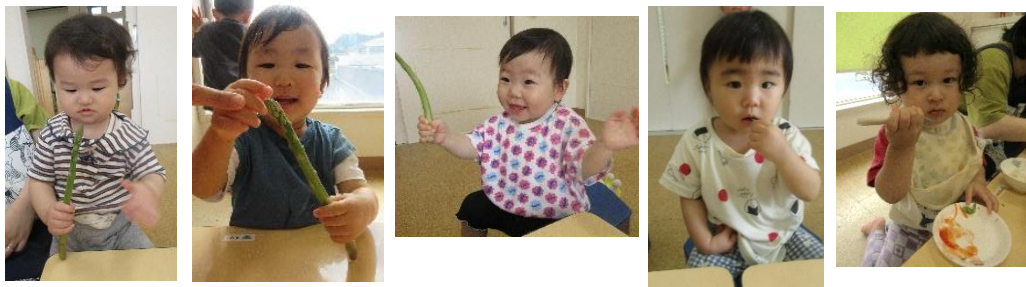
虹組に、ピーマンの種取りをしてもらいました。野菜の名前や色を聞いたりしてから、種取りの説明をしました☆しっかり話を聞いてくれていたので、取り方はばっちりです！！少し力があるので、最初は難しそうにしましたが、コツをつかむと種が取れるようになっていました。

種取りをしたピーマンは、次の日に魚のあんかけにして食べました。



食べ物と触れ合い

星組は、アスパラガスとメロンに触れてもらいました。アスパラガスを触るのは、最初はちょっと緊張。みんな恐る恐る触っていました。途中からは慣れてきて、杖みたいに振ってみたり、先でちょんちょんしてみたりしていました☆最後に、試食。おかわりも食べたそうにしている子もいました。その日の昼食にサラダにも入っていましたが、午前中試食で食べられなかった子もサラダだと食べれていました☆



メロンは、持ってみたり、皮を触ってみたりしました。皮を触って「ざらざら」と気づいたことを言ってくれたりしました。触った後は、メロンを切って、食べました☆切った皮にも興味を示してくれました。



ちまき作り

重い…

空組の保護者の方にお手伝いをしてもらい、空組でちまき作りをしました。たくさんの方にお手伝いに来ていただきありがとうございました。

笹に触れる機会や、ちまきを作る習慣も少なくなってきたと思うので、いい経験になったのではないかなと思います。子どもが巻きやすい巻き方を紹介し、巻いていきましたが、少し難しかったと思います。保護者の方に手伝ってもらいながら、いっぱい巻くことができました☆できたちまきは、みんなで昼食の時間に食べました。



お米せんべい

虹組がお米せんべいを作りました。ごはんに青のりと塩を入れて、つぶして薄くします。ホットプレートでパリパリに焼けたら完成です。子どもたちには、ごはんをまぜてもらって、つぶしてもらいました。力がある子はペラペラになるぐらい潰していました。できたてを食べて、パリパリいい音がしていました☆



にんじん蒸しパン

最近の月組は、作り方や何が入っているかが気になっていたもので、普段のおやつと一緒に作ってみることにしました。野菜が苦手な子も多いので、人参を入れた蒸しパンを作りました。カップに生地を入れるのは初めてでしたが、こぼさないように慎重に入れていました。作った蒸しパンは、おやつ時間に食べました。自分たちで作ったおやつは、おいしかったようです。



餃子作り

空組が餃子作りをしました。タネはお肉とじゃがいもとさつまいもです。おうちで作ったことがあるよという子も何人もいて、はみ出さないように上手に包めていました。作った餃子は揚げぎょうざにしました。みんないっぱい食べていました！！



ピザトースト作り

月組は夏野菜を使って、ピザトースト作りをしました。ハムとチーズをちぎり、パンにケチャップを塗ります。トマトとピーマンとちぎったハムとチーズを好きなようにパンの上にのせていきました。給食室で焼いて、昼食で食べました。具がもりもりでしたが、完食していました。



お弁当給食

月組も今月からお弁当給食が始まりました。中身はいつもの給食と一緒にですが、自分たちのお弁当箱はとても嬉しかったようです。いつもよりも早く食べ終わったり、おかわりしたりしていました☆

今後も、お弁当箱の準備をよろしくお願いします。

