

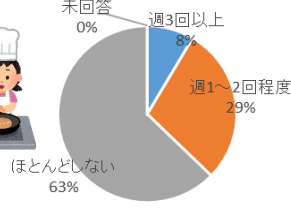
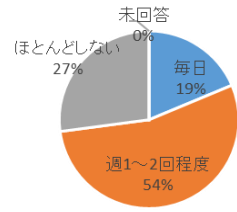
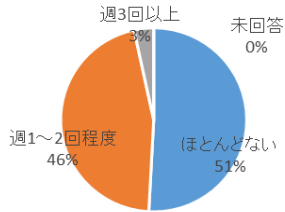
給食だより 8月

2024/8/1
しおかぜ認定こども園

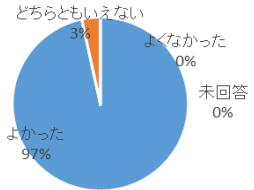
食育アンケートにご協力いただき、ありがとうございました！！

ほし・つき・すみれ組を対象に、食育アンケートを実施しました。

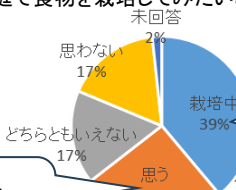
- 1.惣菜(レトルト食品・インスタント食品も含む)を使用することがありますか？
2.子どもが進んで食事の準備の手伝いをしますか？(例:食器を運ぶ、箸を並べる)
3.親子で料理をすることがありますか？



- 4.こども園で個別にトマトを育てたことについてどのように感じましたか？



- 5.ご家庭で食物を栽培してみたいと思いますか？

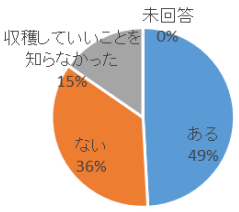


大葉、バジル、パセリ、トマト、ミニトマト、きゅうり、なす、オクラ、かぼちゃ、レタス、ピーマン、すいか、いちご、アスパラ

夏野菜、ねぎ、いちご、さつまいもなど

育てて食べるとよく食べる、成長する過程を見てほしい、育てる楽しさや難しさを知るため、少量使う時に便利、好物だから、食育のため、育てたことがなかったから園での栽培を参考にやってみると、栽培中の家庭がたくさんありました。また、時間がない、場所がない、苦手...との声もありました。

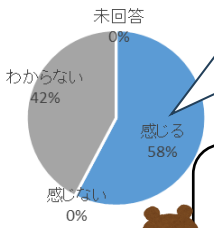
- 6.園庭の畑で育てた野菜を収穫したことがありますか？



- ・パネルや給食について話したり、興味をもって見ている
- ・料理をする前の食材に興味をもつようになった
- ・野菜をよく食べるようになった ・苦手な野菜も食べられるようになった
- ・毎日、畑の野菜を観察して変化や成長に関心をもっている
- ・文句を言いながらも、残さず食べるようになった
- ・積極的にお手伝いをするようになった ・お手伝いをしてもらえることが増えた
- ・食品群を意識して食事をしている ・食に対する知識が増えた
- ・箸の持ち方を気にしたり、一緒に勉強したりしている
- ・「栄養のうた」をよくうたっている
- ・園のクッキングで作ったものを、家でも作ってくれる
- ・日々野菜の成長を見て、収穫できるか気にしている
- ・「話しかけてあげると元気に育つ！」と習ったのか、実践している



- 7.こども園で食育活動を行うことでお父さんの変化を感じられますか？



こども園での食育は、家庭につなぐことを目指して行っています。食品群を意識して食事がされていたり、園での栽培を見て家でも育ててみたり、家庭での会話に「食」に関する話題が増えていたり、うれしい声がたくさんありました。子どもたちの「やってみよう」気持ちをどんどん増やせるよう、今後も食育活動を続けていきたいと思っています。



今月の郷土料理:千葉県

ごんじゅう…豚バラ肉と油揚げを甘辛く煮てご飯にまぜたものです。おにぎりにして食べられることが多く、館山で1千年以上続く鶴谷八幡宮の秋の大祭「やわたんまち」で、みこしを担ぐ若者たちにふるまわれてきたそうです。

ばらっばまんじゅう風…まんじゅうを蒸す時に、「ばらっば」といわれるサルトリイバラ(別名サンキライ)の葉を下に敷いたことから、ばらっばまんじゅうといわれています。夏の行事の時に作ることが多い、素朴な味のするまんじゅうです。

※給食では「ばらっば」が手に入らなかったため、葉はついていません

今月の給食:利休白玉風

《材料:子ども1人分》 《作り方》

- ・もち米…15g
 - ・精白米…20g
 - ・きなこ…5g
 - ・ごま…1.5g
 - ・砂糖…5g
 - ・塩…0.1g
- ①もち米と精白米を合わせて洗い、炊く。
 - ②きなこ、ごま、砂糖、塩を混ぜ合わせる。
 - ③①が炊き上がったたら半つぶしにして、一口大に丸める。
 - ④③に②をまぶす。

当園の「利休白玉風」は、白玉粉を使った団子ではなく、もち米と精白米を合わせて炊き、弾力の少ないお団子にして提供しています。

つき組親子食育活動で食べていただいた「挽肉のコーン蒸し」です。
牛挽肉80g、豚挽肉80g、豆腐80g、玉ねぎ80g、人参24g、干しいたけ8g、生姜のすりおろし2g、酒8g、塩1.6g、【片栗粉8g、コーン120g】、たれ【しょう油12g、酢8g、砂糖4g】
【】外の材料をこねて耐熱皿に敷き詰めて、片栗粉をまぶしたコーンを散らして蒸したら、ひと煮立ちさせたたれをかけます。



(株)LEOC

暑い日が続いています！！

朝ごはんをしっかり食べて、登園しましょう！大きめの水筒にお茶又は水をたっぷり入れて持ってきてください。

★給食献立表は、使用食品を記載したものを配布しています。園で初めて口にできる食べ物がないよう、食べたことのないものがあれば家庭で食べてみてください。