

12月の給食だより

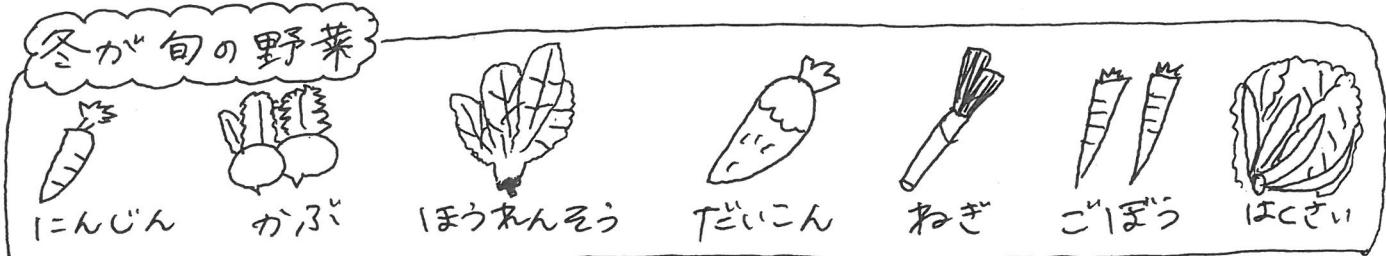
親隣館保育園

R.4

今年も残すところ一ヶ月となりました。
だんだん寒さも増してきました。

冬が旬の野菜にはビタミン、ミネラルや身体を温めてくれる働きが含まれているものが多いため、ご家庭の食事でも積極的に摂り入れ
風邪をひかない元気な身体を作りましょう。

作成者 菊地 瞳



11月は料理保育をやりました！

(4日(月)) おやつに出す大芋のお手伝いをしてもらいました。(ひかり)
(19日(木)) ほし・ひかり組で行った芋ほりのさつま芋を使用しました。
行程は…①洗う②切る③たね作りです。
①では先、いるとだんだん土が真っ黒だ。たのが紫色の皮が見えでき?子ビも達がおおはしゃぎしていました。
②ではスティック状にセカリ、かたにかってようど「疲れた」と言っていました。
③では水あめか「スライムみたい！」と言っていました。1人10回ずつ混ぜました。

(16日(火)) 17日の4歳児感謝祭で提供する食卓のお手伝いをしてもらいました。
(17日(水))

きのこのスープに入れるもやし・しめじ・えのきを手で折ったり、さしたりしました。
当日のスープはきのこが苦手な子ども完食するくらいよくなっています。

(18日(木))

カレーに入れる人参と玉葱の皮むきをしました。
ピーラーを使って皮むきをしたり、手でむいてたりしました。ピーラーについて質問すると「ローラー！」という珍解答がありました。たまねぎの皮ははじめ上手にむけず苦戦していたが、「上からむくんだよ」とアドバイスをするとヒツジをつかんでスピードUPしていました。

(17日(木)) 秋野菜たっぷりカレーのお手伝いをしてもらいました。

(ひかり)

人参、玉葱、れんこんを切ったり、鍋を使って火を点けていました。
れんこん、しょうがの香りで「おなかすいた！」と言っていました。火を点けていよいよ何を炒めているか自分の目で見てにおいを感じることは食事次第ながらなるのでよいことだと思います。かぼちゃ、マッシュルームなどの秋の食材が入りこの時期においしく野菜が知れたのもよかったです。

、ハーレー作りでは「粉」の問題を出したいた実際に混ぜてみました。

混ぜてみると「硬い！」、「重い！」と言っていたらどうやって作られるか知れたと思います。、幼稚園クラスでは給食の時間、料理保育の話で盛り上がっていました。あまり普段おかわりしない子どもしていて食の意欲につながったと思います。よかったです！