



3月食育だより



令和5年 2月27日 力合幼稚園

陽ざしも暖くなり日に日に春の訪れを感じる今日この頃、今年度も残すところあとわずかになりました。初めての園生活に慣れてきた頃、ご家庭の味とは違う給食に戸惑いを隠せなかった様子の子どもたち。食べてくれるかなと心配していたのも束の間、日に日に食べる量が増え、好きな料理や苦手な料理を見つけ、自分の食べられる量を知り、お皿をピカピカにして食べる事が出来るようになりました。個人差はありますが、一人一人楽しく、そして頑張っこの時間を過ごしてきました。子どもたちと話す中で、「美味しかったよ!」や「おかわりしたよ!」との声がきけたときはとても嬉しかったです。これから先の給食や食育を通し、子どもたちの五感がさらに成長するように願っています。

年長さんは幼稚園を離れどのような食との出会いがあるでしょうか。苦手なものを克服する一歩は『美味しいと思って食べる!!』です。もし、行き詰った様子が見られた時、ぜひこの一言を送ってください。世界が変わったような経験をする子どもがいることを期待しています。

進級する子どもたちにも、また新しい食の発見を提供できるよう頑張って行きたいと思ひます。



今月の給食・食育のテーマは『春野菜を味わう』『赤・黄・緑のパワー』です。春の訪れを感じさせる春野菜。店頭でも色鮮やかないちごをはじめ、春キャベツ・新じゃがいも・新にんじん・山菜などいろいろな野菜ならんでいます。幼稚園でも、これらの食材は冬の間エネルギーを蓄えており、冬の間縮こまったカラダを目覚めさせてくれるものでもあります。

また、『赤・黄・緑のパワー』ではそれぞれの食材が持つパワーを伝えていけたらと思ひます。小学校に上がってからも話題に上がって欲しい『赤・黄・緑』。『出されたものをただ食べる』ではなく、『自分で選ぶ力を持ち食べる』そんな大人になれますように。ご家庭でも、献立表等を活用し話題にしていただければと思ひます。

最後に、今月の給食では卒園を間近に控えた年長の子どもたちに聞いたリクエストメニューを提供します。色々なメニューが出た中で、給食で提供できそうなメニューを選び献立をたてました。7日はつき組さんのリクエストメニュー、13日はそら組さんのリクエストメニューを提供する予定です。どんなリクエストメニューが出てくるのでしょうか?楽しみにして頂ければと思ひます。その他にも、今のクラスで食べる給食が、子どもたちの思い出に残るようなものが提供できればと思ひます。



幼稚園で人気のおやつです。是非お試しください



【ミルクくずもち】			
材料	5人分	作り方	
スキムミルク	45g	① スキムミルク・水・砂糖を混ぜあわせる	
水	450cc	② ①の1/3量に片栗粉を入れよく混ぜる	
砂糖	20g	③ 残りの2/3量を鍋に入れ、沸騰させる	
片栗粉	55g	④ 沸騰したら火を止め②を加え、木べらで練り混ぜる	
きなこ	20g	⑤ 火が通ったらバットに入れ、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす	
砂糖	15g	⑥ きなこ・砂糖を混ぜ、まぶしながら切り分ける	
		☆ 大量に作る時(工程③までは同じ)	
		④ 沸騰したら火を止め②を加え、木べらで練り混ぜる	
		⑤ ④をバットに入れ、蒸し器で10分蒸す	
		⑥ 粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす	
		⑦ きなこ・砂糖を混ぜ、まぶしなら切り分ける	



※コツは、よく混ぜよく冷やすことです!