



# 食育だより



令和6年 2月27日 力合幼稚園

陽ざしも暖か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ましたが、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。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!」「またこれ食べたい!」などの声がきけることも多く嬉しかったです。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また新しく色んな食との出会いがあるでしょう。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いきたいと思います。

## 今月の給食・食育



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・山菜などいろいろな野菜ならんでいます。これらの食材は冬の間エネルギーを蓄えており、寒さで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。園でもこれらの食材を使用しながら給食を提供していきたいと思っています。

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います。何回か食育でも話している『赤・黄・緑』ですが、小学校に上がってから話題に上がって欲しいものの1つです。『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います。

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。それぞれのクラスから出た色々なメニューの中で、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。5日はそら組さんのリクエストメニュー、11日はつき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います。その日はぜひ子ども達にお話を聞いてみて下さいね。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います。

## クッキング

幼稚園で人気のおやつです。是非お試しください☆



『大宰府』の郷土菓子							
【梅ヶ枝もち】							
材料	【8ヶ分】		作り方				
白玉粉	160g		① ボールに白玉粉・絹ごし豆腐を入れ、耳たぶの硬さに捏ねる				
絹ごし豆腐	200g		※ 粉っぽさが残る場合は水を少量加える				
スキムミルク	小さじ2		② 生地を8ヶ、あんを8ヶに丸める				
つぶあん	160g		③ 生地であんを包み、平たくする				
サラダ油	適量		④ ホットプレートを170℃前後に温める				
			⑤ サラダ油をひき、生地をのせ、蓋をし10分焼く				
			※ 焦げないように、温度調節				
			⑥ 裏返し、蓋をし10分焼く				
			※ 焦げないように、温度調節				
			⑦ ほんのりきつね色がついたら出来上がり				