



食育だより

なごみん神山園

今日から新しいお友だちを迎え、新年度がスタートしました。
今年度も日々成長していく子ども達を『食』の面からサポートしていきたいと思います。
1年間よろしくお願いします。

★栄養部の取り組み★

3月のカンファレンスでは、食中毒について話し合いました。現在園では、食中毒の対策として食材の十分な加熱(中心温度85℃以上を3点で確認し記録)・調理前後や作業ごとの2度の手洗い・月1度の検便検査を行っています。新たに出来る取り組みとして、調理員の次亜塩素酸ナトリウムのスプレーを使用したトイレの消毒・食中毒が多く発生する冬季の検便検査の回数を月2回に増やしたらどうかという案があり、検討して予防対策を実施していきます。



☆焼きおにぎり☆

材料: ごはん70g ごま油数滴 醤油・みりん小匙1

- 作り方;①ごはんに調味料を混ぜる
②①のごはんを握る
③フライパンで両面に焼き目をつける



表面に包丁で切り込みを入れることでフォークでほぐれやすくなり、食べやすくなります。



☆3月 食育教室の様子☆

1年の総集編として給食のカレーライスづくりに挑戦しました。まず、カレーライスの作り方を歌を聞き何が必要かみんなで考えました。『にんじんがいるね』『じゃがいももいるよ』『たまねぎ 皮むかなきゃ』と教えてくれました。



皮むき・人参やじゃがいもの土拭き・きのこさきに挑戦しました。『きのこを小さくしたい』『土がなかなかとれないね』『たまねぎの皮むけたよ これは食べられるね』とお友達と話しながらかみ砕きをしてくれました。野菜を洗浄後、栄養士が目の前で野菜を『どの大きさがいいですか』と相談しながら切りました。



作り方の歌を思い出しながら、切った野菜の入ったボール・トマト缶・カレールウを2歳児さんが鍋に入れる作業を手伝ってくれ『おいしくできるかな』『美味しいカレーライス作ってね』と栄養士に渡しました。給食で具沢山のカレーライスを提供すると、大きいサイズの野菜に驚いていましたが『さっきやったね』と野菜を見つけて笑顔を見せ、たくさん食べることが出来ました。