



食育だより

なごみん神山園

入園・進級から2ヶ月が経ちました。子どもたちは新しい環境にもすっかり慣れ、給食やおやつをたくさん食べています。今月は、暑さや雨の冷たさで体調を崩しやすいです。体調の変化に注意しながら、給食やおやつでも水分補給が出来るようなメニューを取り入れていきたいと思ひます。

★栄養部の取り組み★

今月のカンファレンスでは、園児の食事に関する情報共有を行い、「アレルギー食の調理および提供手順」について話し合いました。アレルギー対応の手順については、フローチャートを作成し、全職員に周知することで、誰でも適切に対応できる体制を整えました。また、調理員が特に注意すべき点として、調理器具や食材の取り扱いを通常食と完全に分けること、作業前の手洗いや器具の消毒を徹底すること、誤配膳を防ぐために食札の確認を二重に行うことなどを明確にし、安心・安全な提供に努めています。



☆麦茶のわらび餅風☆

材料:麦茶66ml 砂糖10g 塩0.1g きな粉3g

- 作り方;①鍋に片栗粉と麦茶、砂糖を入れ加熱する
 ②透き通るまでしゃもじで混ぜる
 ③容器に入れ冷蔵庫で冷やす
 ④調味料を混ぜ③にまぶす
 ⑤食べやすい大きさに切る



2時間程冷やすことで歯で噛み切りやすくなります。



☆5月 食育教室の様子☆

5月の食育教室では、「おにぎりを作ろう」をテーマに活動を行いました。はじめに、お米がどのように育つのかをスライドで紹介しました。子どもたちは「茶色いのはなにかな?」「(稲を指差して)緑だね!」と、興味津々にお話してくれました。



次に、吸水前のお米と吸水後のお米に触れてみました。子どもたちは「かたいね」「お米、知ってるよ」「まるいね」などと話していました。お米がどのようにご飯に変わるのかを紹介すると、「お米、洗ってみたい!」という声上がり、みんなで洗米に挑戦することになりました。栄養士と一緒に水を入れ、猫の手の形にしてクルクルとかき混ぜました。調理室でお米を洗ったあと、炊飯器にお米と水を入れ、みんなでスイッチを押しました。炊き上がったご飯は、にんじん・ほうれん草・ひき肉を使った三色丼にして提供すると、子どもたちはたくさん食べてくれました。



おやつでは、おにぎり作りに挑戦しました。ご飯をラップにのせて、渡す好きな形に握りました。「ごはん あったかいね」「丸い形にしたよ」「ごはんとってもおいしいね」「お米がおいしいごはんになったね」「お家でもやってみるね」と思い思いに楽しむ姿が見られました。

