



食育だより

なごみん神山園

厳しい暑さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。
先月はご多忙中にもかかわらず、給食参観へお越しいただき誠にありがとうございました。
日頃の園での食事の様子をご覧いただく貴重な機会となりました。
今月も子どもたちの健康を第一に、安心安全な給食作りに努めてまいります。

★栄養部の取り組み★

いつも園の給食運営にご理解いただき、ありがとうございます。
先日「一宮市調理員研修会」に参加し、衛生管理のポイントやアレルギーに関する新しい情報を学んでまいりました。研修の内容をもとに、系列他園の栄養部とも情報を共有しあい、衛生管理と湿気対策のため、粉類の調味料は密封容器で保管することも検討しました。また、食物アレルギーの対象に『カシューナッツ』が新しく追加されました。園でもこれまで以上に、食材のチェックやアレルギー対応に細心の注意を払ってまいります。

☆枝豆しらすおにぎり☆

～ビタミンB₁で夏バテ防止に～

材料：枝豆 10g 米 しらす5g

作り方：①枝豆は半分に切る
②しらす ①を入れて炊飯する
③好きな形におにぎりを握る

塩昆布やチーズを入れてもおいしいです。



枝豆について

～7月の食育教室の様子～

「枝豆に触れてみよう」

みんなで枝豆のさや取りに挑戦しました。「お豆がたくさん入っている！」「枝豆たべたことあるよ！」と子どもたちは興味津々。さやを開くと中から豆が顔を出し、その様子目を輝かせながら見つめていました。

また、食べられる部分と食べられない部分を自分たちで考えながら分ける事にも挑戦しました。ボウルに少しずつ集まっていく枝豆を嬉しそうに眺め、「全部で何個あるかな？」と、数を数える姿が見られました。



「枝豆料理を楽しもう」

その日は、給食で「枝豆チーズごはん」、15時のおやつには「もちもち枝豆」を提供しました。園では、安全に配慮し、豆類は一粒ずつ半分に切って提供しています。

豆類を提供する際はひとつずつ半分に切っています。子どもたちは、「枝豆があまくておいしいね」「もちもちしているから、たくさん噛もうね」と話しながら、様々な枝豆料理を楽しんでいました。

