



食育だより

雨の日が増える季節を迎えました。蒸し暑くなると気分が優れず、食欲がわかない日もあるかもしれません。しかし、これから訪れる本格的な夏に向けてしっかりと栄養が摂れるように食べやすくバランスの良い食事を提供できるよう保育園でも心がけていきます。

○夏野菜の苗植え○

うさぎ組は、プチトマト。こあら組は、ピーマン。ぱんだ組は、きゅうり。きりん組は、かぼちゃの苗を植えました。苗植えをしたり、水やりをしたりするなどの世話をする経験を通して、野菜の生長の様子を身近に感じとる事ができます。ご家庭でも子ども達の食べ物に対する興味関心がより深まるように、ご家庭でも農園活動の様子などを話題にあげてみてください。



プチトマトの苗植え



土をトントンしています

○ぱんだ組 豆腐だんごクッキング○

ぱんだ組で初めてのクッキングをしました。自分でエプロンや三角巾をつける事もできました。だんご生地の感触を楽しみながら丸めたり、自分で鍋に入れて茹でたりしました。できあがっただんごは、みんなで御仏様にお供えしてから、食べました。



上手に丸めました



だんごをすくい上げます

○きりん組 旬野菜のみそ汁クッキング○

旬のさやいんげん、新じゃがいもを使ってみそ汁作りをしました。野菜の皮をむいたり、包丁を使って切ったり、だしをとったり、たくさんの行程を体験しました。おいしいみそ汁ができ、おかわりをしてたくさん食べていました。



猫の手が上手です



給食の1品を作りました

○こあら組 えんどう豆のさやむき○

始めは、「固い・・・」「むいて・・・」と助けを求めていましたが、コツがつかめてきてからは、手際よくむけるようになり「もっと、ちょうだい！」と意欲的に取り組みました。むいたさやで遊んだり、かじって味を確かめたりして、とても楽しんでいました。翌日の誕生会には、豆ごはんにしておいしく食べました。



大粒の豆が出てきました



どんなにおいがしたかな？

○5月のお誕生会○



豆ごはんランチ



5月生まれのお友だち