



給食だより

社会福祉法人
虹福祉会
瀬戸こども園
2021年5月19日(水)
土橋・松井
岡本

毎月19日は食育の日です。5月はクッキングについて紹介したいと思います！

幼児クラスは月に1度クッキングを行っています。子ども達は毎回楽しみにしており、エプロンを付けるとワクワク、そわそわ。。期待感で胸をいっぱいにしていますよ♪料理を作る過程では、たくさんの“なぜ？”“どうして？”という疑問や不思議さとの遭遇も♡食に関心をもち理解を深めたり、みんなで一緒に楽しく行うことで、苦手の克服に繋がるきっかけになることもあるのですよ♪

うさぎ組(3歳児)

まずは簡単な事から挑戦！！大人数でクッキングを行う為、一人ひとりの待ち時間が長くないよう内容に配慮しています♪

- 鞘からそら豆を出す、トウモロコシの皮むき
→食材に直接触れることから始めます。匂いや硬さ等を実感することで、食材に興味を持つことができます♪
- おやつ作り(スイートポテトやおはぎ・フルーツポンチ)
→クッキングに慣れてきたら、単純な作業から少し難易度をアップ！道具を使って材料を潰し形成するなど、工程のあるクッキングを行います！

りす組(4歳児)

ピーラーや包丁を使うクッキングが徐々に増えてきます。包丁の使い方に慣れるまでは職員が手を添え、一緒に切っていますよ(*^-^*)

- おやつ餃子、卵サンド
→餃子の皮で包む・卵の殻をむくなど、手先を使った細かい作業も行えるようになってきます。
- パプリカ3色ソテー、お好み焼き
→野菜を沢山切る事で包丁に慣れていけるようにしています。様々な野菜を切る事で硬さの違いなどにも興味を向けられるようにしていますよ(^_^)♪

ぞう組(5歳児)

子どもたちと相談してクッキングの内容を決めています(*^-^*)

野菜の皮むき→野菜を切る→炒めるなど全工程を子どもたちが協力して行います。

- チャーハン、おでん
→具材に何を入れるかから計画していきます。クッキングを行う前から期待を持って取り組む姿が沢山です♪
- うどん、パン作り
→普段食べているうどんやパンがどんな食材からできているのか、どうやって作られているのかを知りながら、興味を持てるように働きかけていますよ♪

りす組とぞう組は今月からクッキングをスタートします♪

～楽しみにしててくださいね(≥▽≤)!!～

(日程については、各クラス便りでお知らせします)

