



給食だより

社会福祉法人
虹福祉会
瀬戸こども園
2024年5月19日(日)
土橋・松井・岡本

毎月19日は食育の日です。今回は【クッキング】についてお話しします。

幼児クラスでは、食育の一環として月に1度クッキングを行っています。その日の給食やおやつを作ったり、子ども達と一緒にメニューを決めてから作る時もありますよ♪

調理中、たくさんの疑問や発見がある事も。クッキングを通して食に関心を持つと共に理解を深め、みんなで楽しく行うことで“苦手”の克服に繋がるきっかけになることもありますよ！今回は、過去に園で実施したクッキングを紹介します(写真は昨年度のもので)

★うさぎ組(3歳児)

最初は簡単な作業から！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ならないように配慮しています♪



【ピザトースト作り】

食パンにケチャップを塗って、
具材(ベーコン・玉ねぎ・ピーマン・チーズなど)をトッピング！



【豆腐団子作り】

豆腐と白玉粉をこねながら、変化していく様子を楽しみました♪



【野菜・果物クイズ】

調理だけでなく、生の食材に触れる機会を設ける事も♪

★りす組(4歳児)

調理器具を使うクッキングを始めます。

正しい扱い方を伝え、慣れるまでは職員と一緒に扱っていますよ(*^-^*)



【 豚汁作り 】

野菜の皮をむいたり、切ったり…ピーラーや包丁の使用に挑戦！



【 お好み焼き作り 】

野菜を切る、生地を作る、混ぜる、焼く、など
工程のあるクッキングは、年度後半から取り入れていきます。



【 茶碗蒸し作り 】

卵を割る経験も！

“だし”について子どもたちに話をし、“かつお節”や“いりこ”に触れてもらいました♪

★ぞう組(5 歳児)

夕涼み会での夕食作りに向けて、ピーラーや包丁の使用機会を多く設け、工程のある調理を行います。
また、栽培活動で収穫した食材を使用して、クッキングをする事もありますよ！



【カレー作り】

ぞう組になると、包丁の扱いにも慣れてきます。
職員が見守りながら、子ども達が自分でやってみる時間を大切にしています。



【さつま芋シチュー】

栽培活動でさつま芋を植えた年に作りました。自分達で育てたさつま芋は格別です♪



【ホットケーキ作り】

生地を作って、焼いて、トッピングまで自分達で行います。
おやつのカッキングも子どもたちに人気です☆

今年度も色々なクッキングを予定しています。
子どもたちの様子は、写真等でお伝えしていきますね♪