

まゆしよくだより

3月号
あおぞら保育園
2018.3.1

今月の目標
楽しく食事をしよう



寒い冬がようやく過ぎようとしています。暖かい日が増え、梅の花が咲き、春はもうすぐそこまでやってきます。早いもので、今年度最後の月。改めて、子どもたちは一年間で目覚ましく成長していくものだと感じます。24日は卒園式、次の週からは新しいクラスに進級します。園の給食は、これからも安全でおいしく手作りを心がけ、給食を通して子どもたちの成長のお手伝いができるよう努めていきます。

季節の食べ物

菜の花

春に出回る食材の一つです。特有のほろ苦さがありますが、茹でると甘みが出てきて食べやすくなります。マヨネーズで和えたり、肉と一緒に炒めたりするととても美味しく食べられます。

のらぼう菜

あきる野市や青梅市が産地のお野菜です。クセがなく甘みがあり、柔らかくて食べやすいお野菜です。栄養価が高く、調理方法も幅広いのですが、収穫後しおれやすいため、産地でしか出回らない野菜です。

桜餅

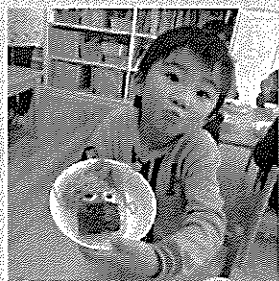
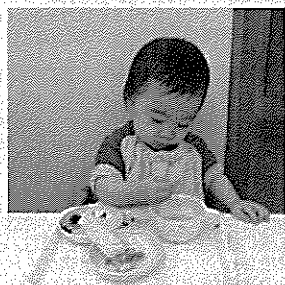
桜の葉の塩漬けにピンク色の餅を包んだ春にぴったりの和菓子で、雛菓子の一つでもあります。関東では焼いた生地に餡を包んだものを桜餅と呼びますが、関西では道明寺粉の餅に餡をつつまます。保育園のおやつでは関東風の桜餅が登場します。

ぼたもち

春のお彼岸にお供える小豆餡の様子を、牡丹の花に見立てたところからこの名が付けました。「棚からぼた餅」など、ことわざにも多く登場し、日本人にとって身近な食べ物であったことがわかります。

給食の様子

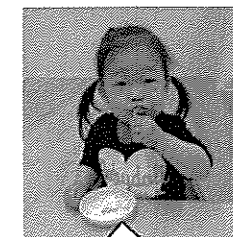
はな組、うさぎ組、ひよこ組の給食の様子です。日々の給食の中で、食具が上手に使えるようになっていたり、苦手なものに挑戦することができるようになっていたり、自分でかわいく盛り付けをしたりと、毎日食べることを楽しみながら成長しています。



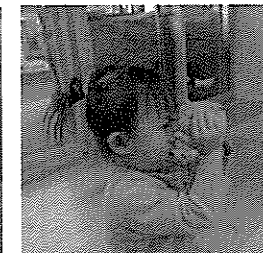
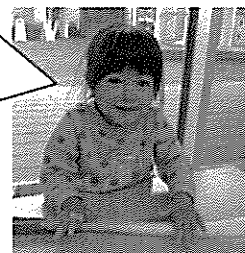
調理保育をしました！

★ぺんぎん組さん★

初めてのミニ調理保育を行いました。クラスで大切に育てた椎茸を使ったお料理です！



この日の給食に登場する野菜も触ってみました。5月には触れなかった子もいましたが、今回は「もっとさわりたい！」と積極的に参加していて、成長を感じました。



椎茸を切ったり焼いたりするところを、とても真剣に見ていました。野菜が苦手なお友だちも、おいしそうな香りと雰囲気の後押しされ、椎茸を食べることができました。

★ことり組さん★

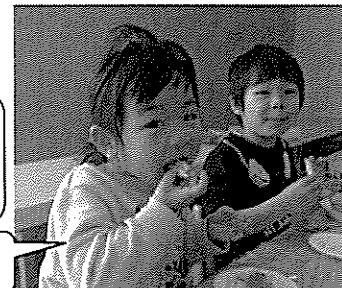
焼きおにぎり作りをしました。普段は賑やかなことり組さんも、調理保育が始まるとおしゃべりを忘れて集中していました。



まずはラップおにぎりで形を作りました。この後ホットプレートで焼くので、少し平たくなるように形成しました。



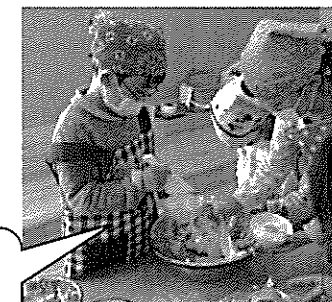
醤油だれとみそだれを選んでおにぎりに塗り、ホットプレートで焼いていきます。怖がらずに上手くひっくり返せました。



すごくおいしい！と大満足の出来栄でした！

★つき組さん★

つき組レストランを開店しました。前々から準備をし、はな組とことり組のお友だちに「おにぎり豚汁セット」をふるまいました。



はな組とことり組のお友だちから注文をとり、おにぎりを作ります。その他のおかずも配膳して用意します。



お友だちのところに「おまたせしました！」と言いながら配膳します。言葉遣いも事前に練習していました。

「おかわりはいかがですか？」とテーブルを回っていました。ことり組とはな組のお友だちも、本物のレストランのようなおもてなしがとても楽しかったようです。「私たちもやってみたい！」と憧れていました。

