



ゆいはまごはん



～はわいこども園～

8月19日(月)は、はわいこども園に給食訪問へ行ってきました!!今年のお盆休みは土日、祝日もあったので、長～いお休みになった子もいましたね。今回のような長期の休み明けは子どもたちも不安定になりがち…。なので、給食はみんなが大好きなカレーにすることが多いです(^^)栄養バランスだけではなく、子どもたちの状態に合わせた献立作りも意識しています♪その甲斐あって、休み明けでしたがみんなが早めの完食となりました☆



…メニュー…

- ★チキンカレー
- ★枝豆と桜えびのカレー
- ★ウインナー
- ★ぶどうゼリー

いただきます
ごちそうさま

～ひよこ組～

現在、離乳食を食べているお友達は前回訪問した時から1名増えて2名でした。野菜や食感のかたいものが苦手だった子も、新しく入ったお友達がよく食べるというのもあって、その影響からか苦手なものも食べるようになったそうです♪食事がなかなか進まない子どもはけっこう多いです。そんな時は、同じくらいの年齢の子と一緒に食事をするとうい刺激になって食べるようになることもあります。園ではその効果が多く見られますよ(^O^)

～りす組～

大好きなカレーを先に食べてしまう子がほとんどでしたが、後から野菜もちちゃんと食べていました♪
スプーンなどを持つ姿も見られましたが、やっぱりメインは手づかみ。ウインナーはみんなが手づかみで食べていたんじゃないかな～(^O^)
食具の持ち方を指摘する先生方もおられなかったため、今は好きに楽しんで食べさせることを優先しておられるのだと感じました(^^)



ウインナーの皮がしわくて噛みきれない子が多くいました。2歳になる子が多いとはいえ、歯も生えそろっておらず、そしゃく力もまだまだ弱いの皮が苦手(+_)トマトやなすなんかも同じように苦手なので、切れ目を入れたり、皮をむいてあげるなどの工夫をしてあげてくださいね♪**いつまでも口にため込んでいる時は、「飲み込めない」というサイン**です。優しく「出してもいいよ」といってあげましょうね～(^O^)





～うさぎ組～

よく食べる子が多く、「〇〇ちゃんがお野菜食べてるよ」と言えば、対抗心からか競うように食べる姿もみられました(^O^)/スプーンの持ち方も上手で、食器を持って食べる習慣がついているので、食べこぼしも少なかったです♪おかわりを何度もする子もいましたよ～

じゃがいもがホクホクでおいしいよ～



えだまめが生きてるね～

カレーのじゃがいもがなかなか進まない子、サラダの枝豆を床に落としてしまった子に対して先生がかけた言葉です。食べ物を落としてしまった時ってつい、「落とさず食べてよ!」「食器を持って食べないからだよ!」と否定的な言葉を言ってしまいがち…。でも、ここで「今日の枝豆は生きてるみたいだから、逃げないように食器をもって食べようか」など面白く言ってあげる方が、子どもの記憶にも残りやすいです。怒りたい気持ちをぐっとこらえて子どもの意識を引き付ける言葉かけをしてみてくださいね♪

★おしえて!!給食のせんせい!!★



どうして給食のカレーはおいしいの?
同じルウを使っても同じ味にならないよ?



給食のカレーがおいしい理由はね、大量調理にあります。材料が多くなるとゆっくりと時間をかけて均一に熱が伝わります。

ゆっくりと加熱すると、

- 肉の旨み成分が汁中に多く溶け出る
- 野菜の糖分が分解されて甘みが増す
- 肉の旨みと野菜の旨味が合わさってうま味が倍増する

あとは、お友達と一緒に楽しく食べるからさらにおいしく感じるんだね♪



今回は未満児さんをメインに見させてもらいましたが、カレーやマヨネーズを使ったサラダだったということもあってか、この時期に多く見られる「野菜の好き嫌い」をする子が少なかったように感じました(^)/そして、やっぱりカレーは大人気!!みんながよく食べ、完食までの時間も早かったです。中には食べ終わった皿についているルウをスプーンできれいになるまですくっている子も(^O^)(笑)使う材料は変えていますが、毎月、1回のカレーは今後も継続させていこうと思います(^)

カレー大好き♡

