

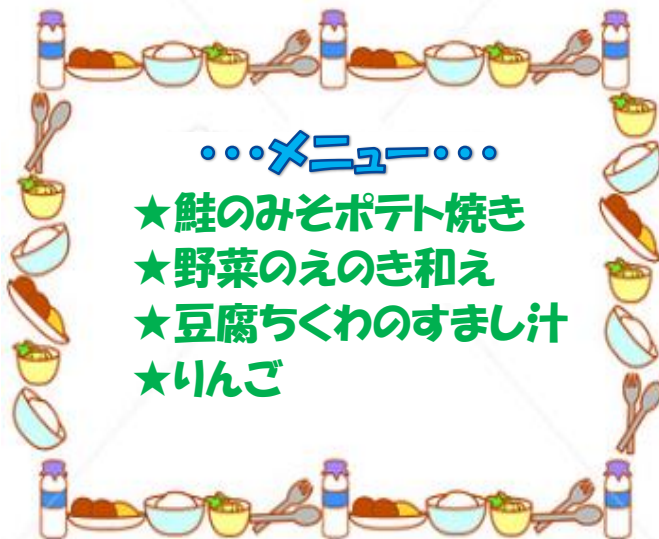


ゆいはまごはん

～たじりこども園～



11月22日（金）はたじりこども園に行ってきました♪ この日の給食は11月24日の「和食の日」にちなんで、バランスの良い食事の合言葉「まごわやさしい」の食材や鳥取県の名産「豆腐ちくわ」をすまし汁に使用し、地産地消を意識した献立にしました。すまし汁もだしのおいしさ、香りを楽しめるように作って下さいました♪洋食に比べ、和食は進まないイメージがあったのですが、子どもたちはよくおかわりもしてそんなイメージもなくなるほどでした(^_^)♪



…メニュー…

- ★鮭のみそポテト焼き
- ★野菜のえのき和え
- ★豆腐ちくわのすまし汁
- ★りんご

～ひよこ組～

中期食1名、後期食3名で全員が食欲旺盛でした。積極的な手づかみ食べも見られ、お汁椀を自分で持って汁物をこぼさず飲むことができる子もいました。この時期はまだ手首を動かすのが苦手で、汁椀をうまく傾けられずにこぼしてしまう子が多いので、すごい(^ω^)! さらに、汁物は口をすぼめて、こぼれない適正な量を口にに入れるには口の周りの筋肉の発達も必要になってくるので、この月齢には結構難しいです。それができているのは、園と家庭でたくさん練習させているからですね(^_^)♪ 食べこぼしが嫌でいつまでも食べさせていると、その子の練習する機会を奪ってしまいます。早く上手に食べてほしい! そう思う人こそ、たくさん自分で食べさせてあげてください♪



中期食

- ・鮭のみそポテト焼き
- ・すまし汁
- ・白菜と人参の煮びたし
- ・りんご
- ・やわらかごはん

後期食

幼児食と同じ献立だが、食べやすい大きさにカットしており、味付けも薄めに調味されていました



中期食



後期食





～りす組～

このクラスは全体的によく食べる子が多かったです(^_^)
先生が食べさせるといった補助はほとんど必要なく、声掛けや見守りだけでほぼ自分たちで食べてしまうといった感じでした。
なかには、食欲旺盛すぎて、食器を持たずにかき込むように食べてしまう子も(笑) この時期は食事のマナーよりも楽しく、おいしく、なんでも食べられるようにすることを優先したいですね(*'▽')
スプーンやフォークが準備してあっても、手で食べちゃう子が多かったです。まだまだスプーンより手の方が食べやすいといった感じでした(*'ω'*)
前回の訪問時に、カレーのにんじんでさえ嫌がる子がいたのですが、この日は苦手そうにしながらも、褒めれば食べるようになっていて成長を感じました♪

～きりん組・ぞう組～

とっても賑やかなクラスで、先生の声が通らないほど(笑) 中にはおしゃべりに夢中になって、食事の手がとまってしまう子もいましたが、ほとんどの子が会話を楽しみながら時間内に食べ終わることができました♪ おかわりする子は何回もしてよく食べ、おかわりも残すことなく食べきって気持ち良かったです(*'▽')

「お汁にちくわが入ってるよ!」と食を話題にした会話がみられ、他には何が入っているかとクイズ形式で楽しむことができました♪

この日の給食は11月24日の「和食の日」にちなんで献立で、バランスの良い食事の合言葉「まごわやさしい」の食材を取り入れた給食にしていました。

ま…豆類(豆腐ちくわ)、**ご**…ごま(すりごま)、**わ**…わかめ類(わかめ)、**や**…野菜類(小松菜、白菜、人参、たまねぎ)、**さ**…魚類(鮭)、**し**…しいたけなどのきのこ類(えのき)、**い**…いも類(じゃがいも)

が給食に使われた食材です。

鮭のみそポテト焼きは、焼くことでパサつきがちな鮭にマッシュしたじゃがいもをみそマヨネーズで和えたものをのせて焼いてあったので、しっかりと食べやすく、子どもだけではなく、職員もおいしいと喜んで食べていましたよ♪



鮭のみそポテト焼き

(材料) 2人分

- ・生鮭切り身…2切れ
- ・塩、こしょう…少々
- ・じゃがいも…1個
- ・マヨネーズ…大さじ1.5
- ・みそ…小さじ2

(作り方)

- ①鮭は塩、こしょうして下味をつけておく。
- ②じゃがいもは皮をむいて、水にさらしてあく抜きをする。じゃがいもをやわらかくなるまで茹でたら、水気を切る。
- ③②のじゃがいもをマッシュして、マヨネーズとみそで味付けをする。
- ④グリルやトースターに①を並べ、③を上のにのせてこんがりするまで焼いたらできあがり♪

