



ゆりはまごはん ～わかばこども園～



5月19日(水)は、わかばこども園に給食訪問へ行ってきました!!天気もよく、園に着くと子どもたちが元気いっぱいにお外で遊んでいました。子どもたちが見せてくれた、てんとう虫とだんご虫に春を感じました♪

さて、この日の給食は、みんなが大好きな唐揚げでした。小さい子たちも唐揚げのおいしさをよく知っているので、揚げられてかたくなった鶏肉も、よく口を動かして噛んでいましたよ。和え物の小松菜やもやし、スープのたけのこなど噛み応えのある食材の多い献立でしたが、調理員さんが上手においしく作ってくれたので、みんながよく食べました(^)♪



メニュー

- ★鶏もも肉の塩レモン唐揚げ
- ★五色和え
- ★わかめスープ

*写真は5歳児の盛り付け量です



～1歳児クラス～

ここ最近、ちょっと食欲が下がり気味なひよこ組さん。気温が高くなってきて、子どもたちもまだ体が慣れないのかもしれないですね。先生たちも無理はさせずに様子を見ておられるといった感じでした。子どもたちは、大人以上に体調や機嫌が食欲に影響するので、食べたがらない時は早めに切り上げましょう。

心配のあまり、『食べないと元気にならないよ!』と言ってしまいがちですが、否定的な言葉では、子どもたちの食欲は上がりません。食欲がないのも、一時的なことが多いので、あまり心配せず見守ってあげましょう♪

唐揚げは手で持って口まで運びますが、かじり取りはまだ苦手なようで、大きいまま口に入れてしまい、噛めずに口が止まってしまう子が多かったです。でも、先生はその困っている様子を見逃しません!!『一回、出してみようか』と声を掛けて、今度は適正量を口に入れてあげます。このやり取りを繰り返していくことで、かじり取りやちょうどいい一口量を学んで、どんどん咀嚼が上手になっていきます♪

このクラスでは、『すごいね!』『上手!!』『おいしいね』といった嬉しい言葉がたくさん(^)この環境なら、子どもたちも食べるのが楽しいと感じていることでしょう。





～2歳児クラス～

このクラスでは、唐揚げを先に食べてしまう子がほとんど。大好きな唐揚げが早く食べたくて、焦る気持ちから手づかみで唐揚げを食べちゃいます（笑）まだまだ、フォークよりも手づかみの方が食べやすいようです。

でも、成長と共に、手で持って食べるとベタベタして嫌だなという感情も出てきます。園では、『ベタベタして食べにくいね。フォークを使うと食べやすいよ』といった言葉かけをしながら、無理のないようにスプーンやフォークを使うことを促しているようです。

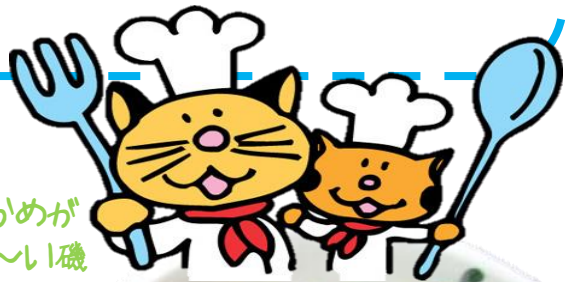
クラスのお友達の中に、かたさがあるものが苦手で、口の中に食べ物をため込んだり、吸うように食べる子がいました。まだ歯が生えそろっていない、この頃にはよくあることです。でも、この日はよく口が動いています。なぜでしょうか？それは、噛んだらおいしいとわかったから♪よく噛んでいたのは「唐揚げ」でした。咀嚼力が弱い小さな子どもたちが、よく噛むようになるためには、噛んだらおいしかったと体感することが重要です。それに合わせて、言葉かけや食事の工夫をしてあげることで、噛む力がついてきますよ♪



この日、お汁が大好きでおかわりした子がいたのですが、途中でお腹いっぱいになってしまったのか、食べずに遊びだし、ついにはお汁がこぼれてしまいました。

それに気が付いた先生は、

『ねこが飲んじゃったね～』と服にプリントされたねこを使い、叱ることなくユニークな言葉かけをしておられ、温かさを感じました♪



わかめスープ

この日のスープは、わかばこども園の子どもたちが干したわかめがたっぷり入っていました♪いつものカットわかめとは違い、濃～い磯の香りがしました。

<材料>2人分

- ベーコン…1枚
- たまねぎ…1/4個
- にんじん…2cm輪切り
- カットわかめ…2g
- ねぎ…1本
- ★中華だし…小さじ2
- ★しょうゆ…小さじ1
- ★塩、こしょう…少々

<作り方>

- ①ベーコン、たまねぎ、にんじんはせん切りにしておく。ねぎは小口切りにする。
- ②鍋に水380mlとにんじんを入れて、火にかける。
- ③沸騰してきたら、ベーコンとたまねぎを加える。
- ④野菜に火が通ったら、★の調味料で味を整え、仕上げにカットわかめとねぎを加えたら完成です♪

