

きゅうしょくだより

2020年2月
さくらんぼ保育園

*** **

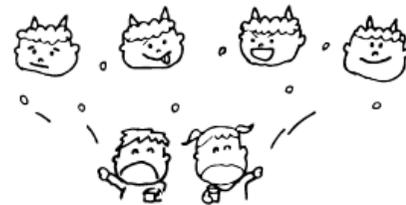
食事に関するアンケートへのご協力ありがとうございました。今回は、家庭でたのしく食べているのか、どういった形で食卓を囲んでいるかを調査しました。子育てや仕事で毎日忙しい中でも、家族そろって食事をする事、会話をしながらたのしく食べる事などを大事に、またそういった時間を作っていることが分かりました。各家庭で大切にしていること、工夫していることは様々だと思いますが、今回のアンケート結果を参考に、時間にゆとりをもってたのしく食卓を囲んでほしいと思います。

給食に関する意見や感想もたくさんありがとうございました。励まし言葉やうれしい言葉に元気をもらい、また卒園した兄弟にも思い出の味として残っているというコメントもあり、とてもうれしかったです。これからもおいしい給食づくり、子どもたちの豊かな食経験をつくってあげられるように頑張っていきたいと思います。

*** **

《2月の予定》

- ・2月3日(月) 節分ごはん
- ・2月6日(木) みそづくり……今年も給食職員が作ります。
- ・2月22日(土) ひなまつり会



★2月・3月の献立にひまわりさんのアンコール献立を取り入れました。

みそづくり

今年は、感染症の流行に伴い、衛生面に考慮し、給食室で作る様子を子どもたちに見学してもらう事になりました。作った味噌は、子どもたちがきゅうりにつけて食べたり、給食で料理に使っていきます。

<材料> ・大豆 2kg ・米麴 1.6～1.8kg ・塩 600g

<作り方>①大豆を洗い、一晩水に浸しておく。

②大豆をやわらかく煮て、マッシャーでよくつぶす。(煮汁は取っておく)

③米麴と塩を混ぜて塩切り麴を作る。

④②と③をよく混ぜる。(煮汁でやわらかさを調整する)

⑤④をボールのみそ玉にして、カメの中に叩きつけながら入れる。←空気を抜く!

⑥上を平らにならし、紙でふたをして、重石を乗せて涼しいところに置く。

⑦7月～8月頃に開けて、よく混ぜる。10月には発酵が進み、おいしくなる。



～ 子どもとたのしく食べるを大切に ～

給食では、たのしい雰囲気の中で、おいしく食べることを大切に考えています。食べたいという意欲や好きなものを増やしていくには、食事の時間がたのしいものでなければなりません。苦手なものがあったとしても、励まされながら食べたらおいしかった!みんなで一緒に食べるとおいしい!食卓での会話もコミュニケーションの一つです。食卓は栄養素を補給するだけの場所ではなく、親と子が心を通わせ、何よりも子どもが育つ場所でもあります。少しでも余裕がある時は、テレビを消して会話をたのしみながら食卓を囲んでほしいと思います。また、食事づくりやお手伝いは、子どもが褒められ自信を獲得し、自己肯定感を育てることに効果的です。“認めて・信じて・褒める”ことでたのしく食べることにもつながっていくのではないのでしょうか。