



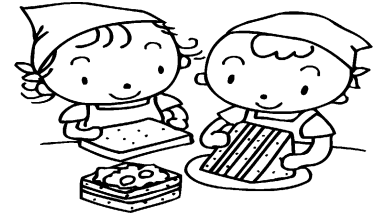
給食メモ

2021年12月 箱舟保育園

素材を知ろうー！！

先日、園庭に植えていた「さといも」を、収穫しました。子どもたちがお世話をしてくれたお野菜、神様が恵みを与えてくださり、たくさん収穫することができました。子どもたちは、植物は神様からの恵みである、太陽や水がないとうまく育たないということ、学ぶことができました。さといもですが、素材の味を知ってもらうために、茹でて味を付けずに給食で出しましたが、たいへん残念なことです。残ってしまったお友達もいました。うすあじに慣れるためにも、ぜひ、ご家庭でも、素材の味を知る機会を作ってください！

切っただけ。ゆでただけ。炒めただけのお野菜やお魚・お肉を、そのまま食べてみる。その後、醤油・味噌・砂糖など色々な調味料を用意し、調味料を少しだけ付けて食べる。調味料を組み合わせる。そんな体験をご家族で楽しんでみませんか？そして、素材と調味料の組み合わせナンバー1を決めて、お料理をしませんか？今年の年末・年始は素材を楽しみませんか？



子どもクッキングの注意点！！

- * 調理の前のエプロン、三角巾と手洗いで、心の準備忘れずに！
- * 時間はたっぷりとり、じっくりやってください(焦ると思わぬトラブルも！?)
- * 子どもは話すより、実際に見本を見せた方が理解が進みます。まずは、保護者の方がお手本を見せてあげてください。(切ったり、成形したものを、どこに置くのか・・・まで、説明してくださいね！)
- * 野菜などを包丁で切るときは、予め同じ大きさに切っておく、玉葱など重なっている野菜は1枚ずつはがしておく、切り易いです。
- * 材料や調理器具はもちろん、いざという時に慌てないためにも、お手拭きや台ふきなども予め用意しておいてください。滑りやすいまな板は硬く絞った濡れ布巾を下に敷くと、滑り防止になります。)

そして一番大切なのは、小さいことは気にせず、とにかく楽しんでください！！

毎月配布される献立表を参考にして、保育園と家庭の食事内容が重ならないよう配慮をお願いいたします。