

もぐもぐ通信1号



令和5. 5. 31
賀茂保育園

新しいクラスになり、2か月が過ぎようとしています。
金曜日の「あったかごはん」の日もすっかり定着し、ほかほかのご飯を待ち遠しくしている子ども達です。給食大好きな子ども達。
残菜がない日が毎日のように続いているようです！！たくさん食べて大きくな～れ！！

今回は、各クラスの1年間の食育目標を紹介します。



さくらぐみ(5歳児)

今年の目標は、「食事のマナーに気付きながら楽しく食べる」「いろいろな食べ物に興味を持って育てたり、食べたりする」です。

食事のマナーってどんなことがあるかな？と聞くと、箸の持ち方や座る時の姿勢、食器を持つ…などと楽しく食べるためのマナーを話してくれたさくら組さん。そんな気付きを毎日の食事の中で頑張っていきたいと思います。おうちでも食事のマナーについてお話したり、取り組んでみたりしてみたいですね。菜園活動も頑張っていますが、野菜の成長を通して食材そのものの事も知り、調理する面白さや作ったものを食べる楽しさにつながっていく経験を重ねていきたいと思っています。



ちゅういっぴぐみ(3歳児)

今年の目標は、「正しい箸の持ち方で食べる」「お皿やお茶碗を持って食べる。」です。毎日の給食を楽しみにしている子ども達。子ども達の方からすすんで、お弁当箱や箸を持って自分の場所に座ります。意欲的に箸を使って食べようとしたり、お皿やお茶碗を持って食べようとする子が増えてきました。食材によっては、箸が使いづらかったり、食べることに夢中になって、お皿やお茶碗を持つことを忘れていたこともあります。声を掛けると、意識をして食べる子ども達です。1年間を通して繰り返し声を掛けたり、保育者も一緒に箸やお皿を持ったりしながら、正しい使い方が定着できるようにしたいと思います。



みかんぐみ(1歳児)

今年の目標は、「自分で食べようとする気持ちを大切にしながら、楽しい雰囲気の中で食事ができるようにする」です。何でもよく食べるみかん組さん。少しずつフォークやスプーンを持ってみようという気持ちが見られるようになりました。上手に食具を使って食べれたら拍手～！！大きな口を開けたら拍手～！！みんなのできるようになったこと、食べられるようになったことを喜びながら毎日おいしい給食を頂いています！！



たんぽぽぐみ(4歳児)

今年の目標は、「お皿ぴかぴか 床もぴかぴか」です。新生活が始まって直後の給食時間、子ども達の机の周りには、たべごぼしがポロポロと…。そして服にも汚れが…。「キレイに食べたほうがいい」と子ども達もよく分かっていますが、キレイに食べる習慣は、日々の積み重ねでしか身に付かないので、今年度は子ども達にも分かりやすく親しみやすい目標にし、キレイに食べることを意識していけるようにしています。「せんせ～今日はキレイに食べれた～」など子ども達から聞こえてくることもあります。食べる時間がより一層楽しくなることにもつながっていきそうです。



ももぐみ(2歳児)

今年の目標は、「スプーンやフォークを上手に使って食べる」「いただきます ごちそうさまのあいさつをする」です。もも組の終わり頃には、箸を使います。箸の練習として、スプーンやフォークが正しく持てるように、練習していきたいと思います。お家の方でも練習してみてくださいね。また、食事の時のごあいさつをすることも心掛けています。「給食の先生まで聞こえるように言ってみようね～」などと声掛けすると、「いただきます」「ごちそうさまでした」と元気な声を聞かせてくれています。



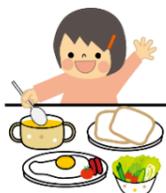
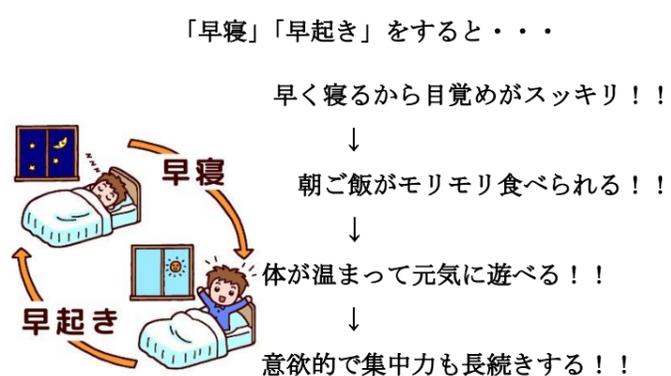
いちごぐみ(0歳児)

今年の目標は、「色々な食べ物にふれて味わう経験を通して進んで食べる意欲を味わう」です。菜園活動ではトマトやキュウリだけでなく、ゴーヤやパプリカなど様々な野菜を育てています。甘味、苦み、酸味、辛味など様々な食べ物に触れることで、食べものに興味関心を持って美味しく食べていけたらと思います。



給食だより

新生活もスタートし、新しい生活にも慣れて楽しく過ごしています。「早寝」「早起き」「朝ご飯」は基本的な生活習慣です。生活リズムを整えて、1日を元気に過ごしましょう



毎週金曜日はあったかごはんの日です

三朝町あったか三朝米食育事業で、毎月三朝町内の農家さんにお米を提供していただいています。金曜日はみんなであったかごはんを食べます。



好評だった4月の郷土料理のレシピをご紹介します

【鶏肉のトマト煮】分量(子ども1人分)

- | | |
|------------|---------------------------|
| 鶏肉 60g | ①鶏肉は食べやすい大きさに切る |
| じゃが芋 30g | ②じゃが芋、玉ねぎ、人参は大きめのサイコロ状に切る |
| 玉ねぎ 20g | ③しめじは食べやすい大きさに切る |
| 人参 5g | ④②③を鍋に入れ具材がひたひたになるくらい水を入れ |
| しめじ 5g | 火が通ったら調味料を入れて味を整える |
| ケチャップ 8g | |
| ウスターソース 2g | ※ケチャップ味は子どもたちが大好きな味です。 |
| コンソメ 少々 | お家でも作ってみてください |



麺類を提供するのでご飯は少なめに持って来てください

毎月食育の日はお家から白いご飯のおにぎりを持って来てください

保育園からご飯を提供しますのでお箸を持って来てください

★献立表の見方

| | | | | | | | |
|----|---|-----------------|-----------------------------------|--------------|-----|----------|------|
| 24 | 月 | | 豚肉と野菜の生姜焼き 油揚げの味噌汁ニゼリー | 牛乳 ビスケット | ごはん | 牛乳 せんべい | |
| 25 | 火 | NCN取材 | ナポリタン 相性汁 枝豆 | 牛乳 おにぎり | ごはん | 牛乳 パナナ | 少なめ |
| 26 | 水 | | 魚と大豆のトマト煮 揚げごぼう ブロッコリー 豆腐とひじきの味噌汁 | 牛乳 チーズ クラッカー | ごはん | 牛乳 かりんとう | おにぎり |
| 27 | 木 | めだか論語教室 | 肉団子スープ 胡麻和え 金時豆の甘煮 ミニトマト | 牛乳 豆腐もち | ごはん | 牛乳 パイ | |
| 28 | 金 | 布団持ち帰り メリサさんと交流 | クリームシチュー 野菜のジャコマヨ炒め くだもの | 牛乳 ポテトフライ | ごはん | 牛乳 かんぱん | × |

○日(○曜日)は誕生会です。ごはん入りません。お箸を持って来てください。

👉献立表の下にご飯のいない日や、麺類の日など記入してありますのでご確認ください。3才~5才児はお家より白いご飯を持って来てもらっていますが、110グラムを目安にお願いします。(1度計ってみてくださいね)🚫