

食べることは人とつながり生きること

# 給食だより

箕面保育園 給食室 2020年度3月号〈No.71〉



今年も残すところ、あと1か月。暖かい日も増え、春が近づいてきました。この一年で旬を感じ、いろいろな食材と出会ってきました。初めて食べる食材や少し苦手な食材もおともだちや先生と一緒に挑戦し、少しずつ食べられるようになってきたこどもたちです。ひとつ大きくなることに期待を膨らませて、「おにいちゃんおねえちゃんみたいにやってみる!」と挑戦する気持ちも芽生えてきていますよ。

なのはなさんと  
おなじおさら!  
うれしいな♪



おはして  
つかめるよ!

## “たのしい” 食事時間を過ごしましょう!

毎日3回必ずやってくる食事の時間。楽しく食事ができていますか?

“食べること”はお腹を満たし、身体をつくるだけでなく、ひととのつながりや五感なども育んでいます。家族で過ごせる大切な時間。会話を楽しみながら食事ができるといいですね。

一緒に食事をする...

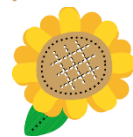
“おいしいね”と共感できる



大人が食事マナーの見本となる  
(食事のあいさつや姿勢、お箸の持ち方など)

初めて食べるものは大人がおいしそうに食べていると、こどもは安心して“食べてみたい”という気持ちになる

楽しく食事をするためには、生活リズムを整えて、元気に遊び“お腹がすくリズム”を作っておくことも大切です。



## ひまわり組リクエストメニュー

もうすぐ卒園するひまわり組さんにもう一度食べたいメニューを聞いてみました。給食・おやつ写真の真剣に眺めて、「これ好き!」とお話しながら、食べたいメニューを考えていましたよ。11日にリクエストメニューを作ります。楽しみにしていてね。保育園生活もあと少し。たくさん遊んでたくさん食べてお友達と楽しく過ごしてね☆

～メニュー紹介～

- ピラフ
  - スコップコロケ
  - キャベツとリンゴの和え物
  - コーンクリームスープ
- [おやつ]クッキー



## “ごはんのまほうつかい”ってすごい!



発表会で絵本『まじよのくに』に取り組んだあじさい組さんのおはなし

魚の梅照り焼きが給食に出たときのことで。

「きょうのおさかな、ほねがない!」。

いつもは骨がある魚も楽しくおいしく食べられるように、先生が「骨がたくさんあるお魚がおいしいねんで」と言い、骨数えゲームが始まります。しかし、この日は骨なしのお魚を注文していて骨が全く入っていませんでした。すると、先生が「ごはんのまほうつかいが骨なくなれ〜って魔法かけたんじゃない?」と言うと、こどもたちはほんとだ!まほうだ!とびっくり。



そのあと、どうやって味付けしたかの話になり...



「さかなにうめぼしが  
ついているから  
たねをとってみを  
つぶしたんじゃない?」

と、しんそうくん



「すっぱいからうめぼしの  
びんにはいている  
びんくいろのしるじゃない?」

と、よりあきくん

梅干しづくりの経験から、こどもたちの想像が膨らみます。すると、お部屋にごはんのまほうつかいが梅干しとみりんを持って現れて、作り方を教えました。「うめぼしがおいしいごはんへんしんしてる!」ときゅうしょくのひみつを知り、嬉しそうなおこどもたち。

次の日、給食室に来たももちゃんは「きのうのおさかなどうやってつくるの?」と味付けしたあとの続きが気になっていたようでした。発表会後もこどもたちはお話の世界を楽しんでいます☆



今月のお弁当日は 10日(水) [3~5歳児クラス]、27日(土) [全園児] です。