

食育だより



●お泊まり保育 カレー作り (きりん組)●

事前交流でカレーに入れる具材をグループごとに決め、当日はグループに分かれ、カレー作りをしました。みんなで力を合わせておいしいカレーを作りました。その様子を紹介します。

夏の暑さもそろそろ本番となりますが、まだジメジメとした日は続きそうです。こういった気候は疲れやすく食欲も落ち気味になります。本格的な夏を乗り切るために規則正しい生活とバランスのとれた食事を心がけましょう。そして水分補給も忘れずに行きましょう。

●野菜の水やりをしています●

苗植えをしてから、実がなり収穫するのを楽しみに毎日水やりをしています。日に日に大きくなっていく野菜の生長を感じながら、「おいしい野菜ができますように！」と楽しみにしています。
ぱんだ組のきゅうりはひと足早く実がなり、収穫しました。先日の給食で調理してもらい、おいしくいただきました。



うさぎ組



こあら組



ぱんだ組



きりん組

★6月のお誕生会★



中華ランチ



6月生まれのお友だち

買い物



3つのグループに分かれ、スーパーにカレーの食材を買いに行きました。メモを持つ人、お金を持つ人、カートを押す人、買ったものを袋に入れる人など、それぞれが役割分担をし、協力しながら買い物を行いました。「次はじゃがいも3つやで」「カレーのルーってどれやったっけ?」「お金たりるのかな?」など子どもたちなりに考えながら買い物をすることができました。カレー作りが楽しみになる買い物になりました。

カレー作り

器具の安全な使い方と約束事を伝えて、野菜の皮をピーラーで剥いたり、包丁で食べやすい大きさに切りました。「アクを取る」「中火で炒める」「とろみがつくまで煮込む」など難しい言葉や知らない言葉を事前に調べておいたので、スムーズにできました。玉ねぎを切って涙が出たり、ルーが溶けてカレーに変化していく様子を観察したりなど、良い経験になりました。グループごとでおいしいカレーができました。



夕食



みんなで力を合わせて作ったカレーはとってもおいしかったようで、おかわりも進みました。「ペンギングループのチーズのトッピングおいしい!」「いぬグループのトマト入ってるカレーってなんか甘い気がする!」など他グループのカレーも味わい、口々に言っていました。初めての作業に苦戦しながらも一所懸命に作ったカレーはとてもおいしく、ワイワイと楽しみながら食べることができました。