

世界の料理

月1回、世界の料理の日としてさまざまな国の食事を提供しています。子どもたちは毎月献立名を見てどんな料理かなと楽しみにしています。身近な食から外国に興味をもち、子どもたちの世界も広がりますように。

メニュー紹介
～インドの日～



- ・キーマカレー ・ナン
- ・野菜さつぱりサラダ
- ・ラッサム風スープ
- ・りんご
- ・インドサモサ (おやつ)



鬼おろしを使ってニンジンや大根を粗くすりおろし、郷土料理“すみつかれ”を作りました。地域の昔からの味を知るよい機会になりました。



上段左から、佐藤調理員、小田調理員、大武園長、下段左から、大門調理員、手塚栄養士。

〒308-0854
茨城県筑西市女方46-2
電話：0296-28-0419



朝の給食当番。冬の時期はとくに、冷たい水で米を研ぐと「つめた〜い」という声が聞こえてきます。



ピザ作り

ひとり1枚、ピザ生地に自分たちで作った野菜を好きなだけつけて、オリジナルのピザを作りました。



七草がゆ

無病息災を願って食べる七草がゆ。年長児が春の七草探しにチャレンジしました。



カレー作り

みんなでゴロゴロ野菜のカレー作りをしました。玉ねぎの皮をむいたよ！

その③
食を通じて感謝の気持ちを育む

年長児は給食当番で野菜の皮むきや米研ぎをしています。冬の朝には「手がいた〜い」「水冷たすぎ」「お母さんも毎日お米研いでいるよね。たいへんだね」との会話を耳にします。小さな気づきが感謝の気持ちに。切れめのない食育は、子どもたちのからだの成長だけでなく、心も成長させてくれると思いがちかわっています。

わが園の
「いただきます」

“食育”について、わが園の「こだわり」を紹介するコーナーです。



第49回

茨城県・川島保育園

- 園長 大武 睦子
- 副園長 夏目 明子
- 栄養士 手塚 愛里
- 調理員 大門 晴美
- 調理員 佐藤 真紀
- 調理員 小田 奈穂美



いらなくなったCDで鳥・虫よけを手作り。大事なトウモロコシの実が食べられないように、しっかり取りつけました。



フルーツ
ポンチ作り



収穫したすいかでフルーツポンチを作りました。自分たちで育てた果物のおいしさに大満足です。

大きいピーマンに
子どもたちも
大喜び！

川島保育園の
食育の「こだわり」

その①
自分たちで育てた野菜はおいしいね

1年を通じてさまざまな野菜を作っています。じゃがいも、枝豆、トマト、オクラ、キュウリ、トウモロコシ、すいか、冬瓜、さつまいも、など……。種や苗を植え、水やりや草取りをしながら収穫の時期を待ちます。収穫期には大事そうに抱えて給食室へ。食事のときには「きょうのピーマンおいしい」「ニンジンあまいね」と会話もはずみます。野菜作りを通して、作ることにたいへんさを知り、食べ物を大切にすることも育んでいきます。また旬の野菜を知り、食から季節も感じてほしいと願っています。

その②
料理を作ることの楽しさを知り、
食への意欲や興味・関心を！

子どもたちが収穫した野菜はクッキング保育でも大活躍！ 子どもたちと相談

してメニューを決め、協力しながら作り、楽しい雰囲気の中で「いただきます」。メニューはいろいろ！ トマト・トウモロコシ・ピーマンなどでピザ、さつまいもでスイートポテト、大根・ニンジンを使って郷土料理「すみつかれ」作りも。