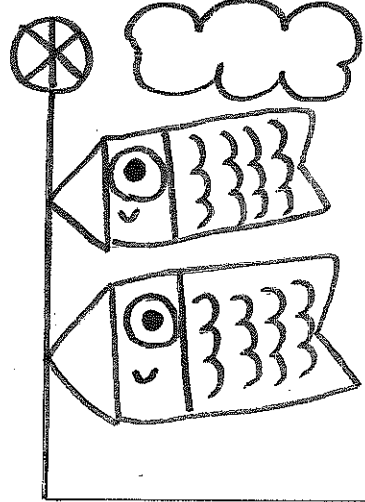


給食だより

筑面保育園 給食室 2023年度 5月号



新しい環境になって1か月が経ち、子どもたちも少しずつ慣れこめてきている姿があります。

つくしぐみ・たんぽぽぐみの子どもたちは保育者と目を合わせ、笑顔で離乳食や給食を食べています。

すみれぐみや幼児の子どもたちは、たくさん体を動かした後には給食室のカウンターにやってきて、「きょうのきょうしよくなんですか？」と聞きまわって、毎日の給食を楽しみにしています。おかわりする姿があり、とても嬉しいです。これからおかわりもたくさん食べて、たくさん食べて、たくさん食べて、たくさん食べてほしいと願いを込めておいしい給食づくりをします。

旬の豆と角虫木合って

4月の給食では、春の食材がたくさん登場しました。特に豆類はいろんな種類が旬を迎えることもあり、「うおいえんどう豆」

「スナップエンドウ豆」「絹ごし」と角虫木合っていました。

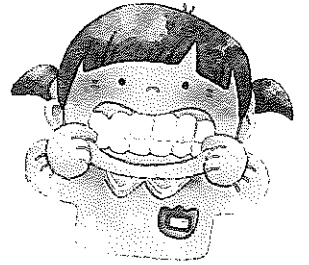
あじさいぐみ、ひまわりぐみでは、絹ごしの節取りに挑戦。はじめは、「どこにすじがあるの?」「でまなひ」と言っていた子どもたちですが、だんだんとコツをつかんで、「でまたー」と節が取れたことが嬉しくて、いくつも取っていく姿がありました。

給食に豆が登場すると、「ひまわりせんかあじとったやっ?」と実際に食材に角虫木することで、食に興味を持って、食べることにつながっています。

5月も引き続き色々な豆を見て触れたいと思います。



“しっかり噛む”ってどういうこと?



子どもたちにとって、口の働きはとても大切なものです。食事はもちろん、楽しくお友達と話すことや、心身の発達にもつながります。

咀嚼力は、離乳期～乳・幼児期と順を追って発達します。

離乳期	乳児期(1~2歳)	幼児期
ペースト状のものから歯ぐきでつぶせる固さのものまで、徐々に食べられるようになっていきます。	1歳~1歳半になると、奥歯が生えてきて、食材を奥歯でつぶせるようになってきます。この時に前歯でかじり取り、1口量を覚えていくことも大切です。	乳歯が生えそろい、噛み合わせが完成し、咀嚼力が上手になってきます。硬さや大きさに応じて色々な食材を食べられるようになっていきます。

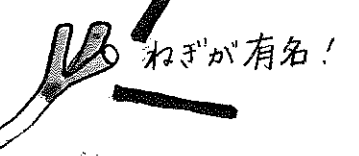
5月のカミカミメニュー

- ★ 新ごぼうの唐揚げ
- ★ 手羽元の生姜煮

保育園でも毎日の給食やカミカミメニューを通して“噛む”ことを大切にしています。噛んだ時の食感や音を感じて噛むことを楽しんでもらえたいと思います。

GW明けからご飯が白米から7分搗き米に変わります。

5月の郷土料理：埼玉県



- **かてめし**：米の生産が少なかった埼玉県で、ご飯のかさを増やすために大根や芽に味付けをして混ぜたことから誕生しました。かさを増やすための具のことを「かて」と言います。
- **ゼリーフライ**：小判のような形から「金フライ」と呼ばれていたのが変化して「ゼリーフライ」と呼ばれるようになりました。具材はおから、じゃがいも、五ねぎでコロッケのような食べものです。