



太郎保育園
R2年4月号 木室

令和2年度の園での食育についてお知らせします。

◆旬の野菜を知ろう!!

今年度も旬の野菜の紹介を各クラスにて季節ごとに行います。実際に触ったり匂いをかいだり、その季節にしかできない旬を知り、給食をより身近なものに感じてもらえるよう楽しく伝えていこうと思います。

◆ラッキーレンジャー

子どもたちにとって、毎日の給食・おやつの時間が少しでも楽しい時間になるように、そしてその中で、少しでも嫌いなものが食べられるようにという願いを込めて、今年度もラッキーレンジャーの取組みを行います。

〈対象クラス〉

もも・うめ・ばら・さくらぐみ

〈取組み内容〉

月に4日程度、昼食のおかずやスープ類の中に人参を型抜きしたものを、各クラス2・3人ずつに入れます。型抜き人参が入っていた子は、スタンプがもらえ、スタンプが3つ揃うと、シールがもらえます。

各自の連絡帳にラッキーレンジャーカードを挟んでおき、そのカードにスタンプを押していきます。この取組みは1年間を通して行います。

※全員にシール・スタンプを渡すために、クラス担任と連携して、もらっていない子がいないように名簿でチェックして実施していきます。

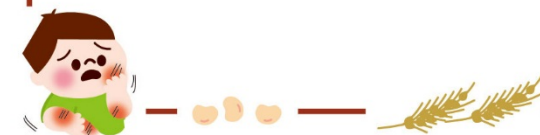
このほかにも、旬の野菜を季節ごとに紹介したり、行事食の話、主に年長・年中児を対象として、梅干し漬け・みそ作り・おにぎりパーティーなど子どもたちがたくさん興味を持てるような時間を作っていきたいと考えています。



食物アレルギーとは

体内に異物（アレルゲン）が侵入したときに、それを排除するための免疫反応が過剰に働いた状態をアレルギーと言います。食物アレルギーは、本来は異物ではない食品を体が異物と判断し、かゆみやじんましんから呼吸困難まで、さまざまな症状が起こります。

アレルゲンとなる食物はさまざまですが、乳幼児期に特に多いのは3大アレルギーと呼ばれる卵、牛乳、小麦です。



当園でもアレルギー除去食対応をしています。アレルギー除去対応が必要な場合は、医師の指示書を基に、給食提供を行います。安全な提供を行うために、受け渡し時のチェックの徹底、トレイ配膳等での対策を行っています。ご理解いただきますようお願いいたします。

◆お楽しみタイム

以上児クラスではクッキング、未満児クラスでは絵本の読み聞かせや手遊び歌などをしています。今年度も引き続き、以下のように行う予定です。

5月		10月	ももぐみ
7月		10月	すみれぐみ
10月	うめぐみ	10月	ひまわりぐみ

※内容については担任と相談し決めます。

今月のレシピ紹介!!

魚のパン粉焼き

【材料】	4人分
白身魚	4切れ
食塩	ひとつまみ
こしょう	適量
白ワイン	大さじ 1/2
やまいも	12g
パン粉	大さじ 4
マヨネーズ	小さじ 1
菜種油	小さじ 2
パセリ	2g

【作り方】

- ①魚を流水で洗い、キッチンペーパーでふきとり食塩・こしょう・白ワインをふる。
- ②やまいも・マヨネーズ・植物油を合わせて魚をくぐらせる。
- ③パン粉とパセリを合わせてくぐらせる。
- ④アルミカップに入れて焼く。(200℃で20分)

