



今年も残すところ1か月となりました。12月は、クリスマス行事や年末年始のお休みも控えており、子ども達も楽しみにしています。寒い冬を元気に乗り越えるためにも、しっかり食べて元気に過ごしましょう。

今月も体を温める冬野菜をたくさん使った献立を取り入れています。



食育 ～魚に触れよう・魚の解体～



昨年から引き続き、法人統一食育として「大豆」できな粉やみそづくりを行っています。今年も枝豆栽培を行い、先日きな粉づくりを終えました。各園オリジナルの「きな粉」が完成したようです。

これから1月ごろを予定している「みそづくり」の準備をしているところです。

どんなおみそが出来上がるか・・・とても楽しみです。

今年度は、大豆に加え「命の食材に触れる」というテーマで、魚（ぶり）の解体を11月～2月まで全園で開始しています。これから美味しくなる旬の「ぶり」を使って行います。

最近、スーパーで売っている切り身の魚が海で泳いでいると思っている・・・なんて、よく聞きますが、いつも園に配達をしてくれている魚屋さんに「ぶり」を注文しました。

この日は、特大サイズ8キロの「ぶり」が登場しました。「大きい・・・」子供たちから、大歓声！まずは、担当の先生から「ぶり」について説明がありました。ぶりは、ワカシ→イナダ→ワラサ→ブリと大きくなるたびに名前が変わる出世魚。

食べ物は生産者の方々や料理してくれた方に「ありがとう」の気持ちと生き物の命を頂いて食べているので、食べる時は命を「いただきます」、残さず食べて「ごちそうさまでした」と心から感謝しましょう。」と締めくくってくれました。

「食育」と一言で言うのは簡単ですが、これからも食べることの大切さを伝えていきたいと思っています。そして何にでも興味を示す子どもたちに本物をみて触れて五感をフルに使ってほしいと思います。

※予め内臓を取り除いてから実施しました。



当日のメニュー

- *ごはん
- *ぶりの照り焼き・おろし和え
- *かぼちゃのそぼろあんかけ
- *きゃべつとしめじのみそ汁